

*Ленинградское академическое  
ордена Трудового Красного Знамени  
хореографическое училище  
им. А. Я. Вагановой*

*В. Костровицкая*

# **100** уроков *классического танца*

---

*(с 1 по 8 класс)*

*2-е издание, дополненное*

*Допущено Управлением кадров и учебных заведений  
Министерства культуры СССР в качестве  
методического пособия для хореографических училищ*

**EX LIBRIS  
TATASHIN**

*Ленинград „ИСКУССТВО“  
Ленинградское отделение  
1981*

ИИИ 03 104  
1 3

*Художник О Н Советникова*  
*Редактор А С Рулева*

»

К  $\frac{80105-056}{025(01) 81}$  48 81 4906000000

© «Искусство», 1981 г.

## От автора

Предлагаемая книга является методическим пособием для преподавателей хореографических училищ и кружков художественной самодеятельности и посвящена методике построения урока классического танца.

Примеры уроков составлены в соответствии с программой восьмилетнего обучения, утвержденной Министерством культуры СССР для хореографических училищ.

Методики исполнения движений в книге нет, так как этому посвящены учебники профессора А. Я. Вагановой («Основы классического танца»), преподавателей Ленинградского хореографического училища В. С. Костровицкой и А. А. Писарева («Школа классического танца») и др.

Поскольку в младших и средних классах закладываются основы балетного образования и осваивается большое количество новых движений,— для них предназначается наибольшее число примеров уроков. В книге содержится 9 примеров уроков для первого класса, по 8 для второго—пятого, по 4 для шестого—восьмого. Кроме того, в нее включено 47 примеров экзерсиса на пальцах. Примеры эти, естественно, не исчерпывают всех возможностей построения урока классического танца, но они могут служить образцами для педагогов при самостоятельном составлении уроков.

В примеры уроков первого класса и первого полугодия второго класса включены все программные движения; они разложены на музыкальные доли, и изменение музыкального темпа должно являться показателем степени технического совершенства исполнения движения.

Со второго полугодия второго класса отдельные движения объединяются в комбинации, сначала простые, затем более сложные. В следующих классах в первом полугодии усложняются комбинации предыдущего года обучения и отдельно изучаются новые движения, которые во втором полугодии тоже включаются в комбинации.

В средних и старших классах распределение движений на музыкальные доли встречается реже; как правило, мы ограничиваемся лишь указанием количества тактов (особенно в *adagio* и *allegro*).

В примерах изложена последовательность изучения движений, указано необходимое число тренировочных повторений движения или комбинации.

Следует помнить, что все упражнения исполняются с правой и с левой ноги поочередно, начинаются и заканчиваются V позицией. (В тех случаях, когда исходное положение не V позиция, это оговаривается особо.) Исходное положение для *battements frappés*, *battements doubles frappés*, *ronds de jambe en l'air* и *petits battements sur le cou-de-pied* указано только в первых уроках и дальше не повторяется. Каждый урок заканчивается *port de bras* с перегибом корпуса, что указано в примечании к первому уроку каждого класса.

Все примеры уроков (кроме примеров экзерсиса на пальцах) могут быть использованы одинаково в женских и мужских классах. В случае, когда отдельные движения или комбинации исполняются только в женском классе, это специально оговаривается в списке с указанием движения или комбинации, рекомендуемых для замены.

В конце каждого примера урока даются примеры экзерсиса на пальцах, но уроки следует строить так, чтобы в один и тот же день упражнения на пальцах и прыжки (*allegro*) не исполнялись.

Одно из основных требований методики классического танца — целенаправленное музыкальное воспитание.

В Ленинградском хореографическом училище музыкальное сопровождение урока имеет в основном импровизационную форму.

Экзерсис у палки и на середине зала почти целиком идет под музыкальную импровизацию. В *adagio*, *allegro* и движениях на пальцах импровизация чередуется с готовой музыкальной формой.

Импровизация может строиться как собственная музыкальная мысль пианиста, но может быть и на тему какого-нибудь музыкального произведения. Импровизационная музыка должна строго подчиняться рисунку заданной педагогом комбинации, иметь определенный ритмический рисунок, соответствующий характеру движений.

Если, например, *battements fondus* исполняются в одной комбинации с *battements frappés*, то ритмический рисунок музыкальной фразы должен носить разный характер, подчеркивать плавную певучесть исполнения *battements fondus* и переходить на резкое стаккато при исполнении *battements frappés*.

Давая определенные темп, метр и ритмический рисунок, музыка выявляет и подчеркивает характерные особенности движения, помогает его исполнению и одновременно приучает учеников понимать соответствие между характером музыки и характером движения.

Соблюдение ритмического рисунка в соединении с творческой фантазией пианиста (хорошая, разнообразная импровизация) повышает качество урока. Определенные метр, темп и рисунок выявляют и подчеркивают технический характер движения: мелодия, разнообразно гармонизованная, создает эмоциональную окраску движений, подчиняет движения музыки и обеспечивает музыкальную насыщенность урока.

Нотный материал в экзерсисе у палки и на середине зала отрицается нами потому, что искусственное соединение движений с готовой музыкальной формой или связывает педагога в построении комбинаций, или же идет вразрез с музыкальным произведением, сочетаясь с ним только темпом и метром.

В *allegro* и движениях на пальцах нотный материал — фрагменты из музыкальных произведений и балетной литературы — должен подбираться пианистом в соответствии с характером движений и комбинаций.

Если в балетном спектакле балетмейстер целиком подчиняется музыке, передает ее содержание и форму, то в уроке происходит обратное явление: музыка должна по своей форме подчиняться движению.

Все комбинации урока должны строиться с учетом музыкальной фразы (тактовой квадратности), начинаться и заканчиваться вместе с нею. Музыкальные фразы могут быть малые и большие: четыре такта, восемь, шестнадцать, тридцать два и т. д. Возможны построения комбинаций экзерсиса и *adagio* на полторы фразы: двенадцать тактов, двадцать четыре и т. д.

Для исполнения всех движений классического танца необходима правильная постановка спины, помогающая учащемуся приобретать устойчивость — апломб.

«Стержень апломба — позвоночник» — так говорит А. Я. Ваганова в своей книге «Основы классического танца».

Определяя это подробнее, следует сказать, что для устойчивости корпуса — апломба важнее всего поясница, примерно в области пятого позвонка, вокруг которого постепенно разрабатываются небольшие, но сильные мышцы.

Именно эта часть спины, при свободном опущенных вниз плечах и лопатках, должна ощущаться как бы подтянутой вверх. Поставленная спина помогает при отдале от пола в прыжках и мягком, сдержанном приземлении после прыжков, при всех движениях на пальцах и вращениях на полу и в воздухе.

Выразительность движений корпуса, заключающаяся в его свободных наклонах, перегибах, в гармоничных переходах из одной позы в другую, в сочетании с движениями рук и головы, может быть достигнута только при хорошо поставленной спине.

К постановке спины следует подходить осторожно. В первом классе не рекомендуется подтягивать спину в пояснице,

так как нагрузка на позвоночник, при недостаточно еще окрепших мышцах ног, может привести к его прогибу — лордозу.

Свободная грудная клетка, подтянутые живот, желудок и ягодичные мышцы — вот все, что требуется в первом классе; устойчивости тела помогут руки. Со второго класса, когда мышцы ног и ягодичные мышцы окрепнут, вводится понятие и ощущение подтянутости спины в пояснице.

Единый стержень, который должна образовать подтянутость бедер, опорной ноги и поясницы (при свободно опущенных плечах), даст возможность приобрести анлоуб, развиваться технике, а следовательно, и артистизму исполнения.

Несколько слов о задаче рук в классическом танце. Русская школа не только уточнила детально положения рук в позициях, но и четко разграничила их функции на две части. Первая: руки — помощники в танце: они содействуют общей устойчивости тела, находящегося на двух или на одной ноге, на всей ступне, на полупальцах или пальцах, помогают во всех видах вращений на полу и в воздухе, дают «форс» вращениям, содействуют их силе и координируют темп.

Особую роль играют руки в больших прыжках, где, энергично помогая взлету и задержке в воздухе, они одновременно сохраняют и подчеркивают рисунок позы.

Вторая функция рук — пластическое выражение эмоций, смысла исполняемого танца и та гармоничная форма, которую руки придают всей фигуре танцующего.

Три позиции рук и подготовительное положение, правильно выученные и тщательно соблюдаемые в тренировочной классной работе, открывают неограниченные возможности в сценическом танце, позволяют отступать от классных канонов и подчиняться разнообразным заданиям балетмейстеров.

Форма трех позиций будет как бы просвечивать сквозь различные отступления от них, руки смогут сознательно управлять движениями тела даже там, где новые па, новые положения массового, сольного или дуэтного танца будут во многом отличаться от академических канонов классического наследия.

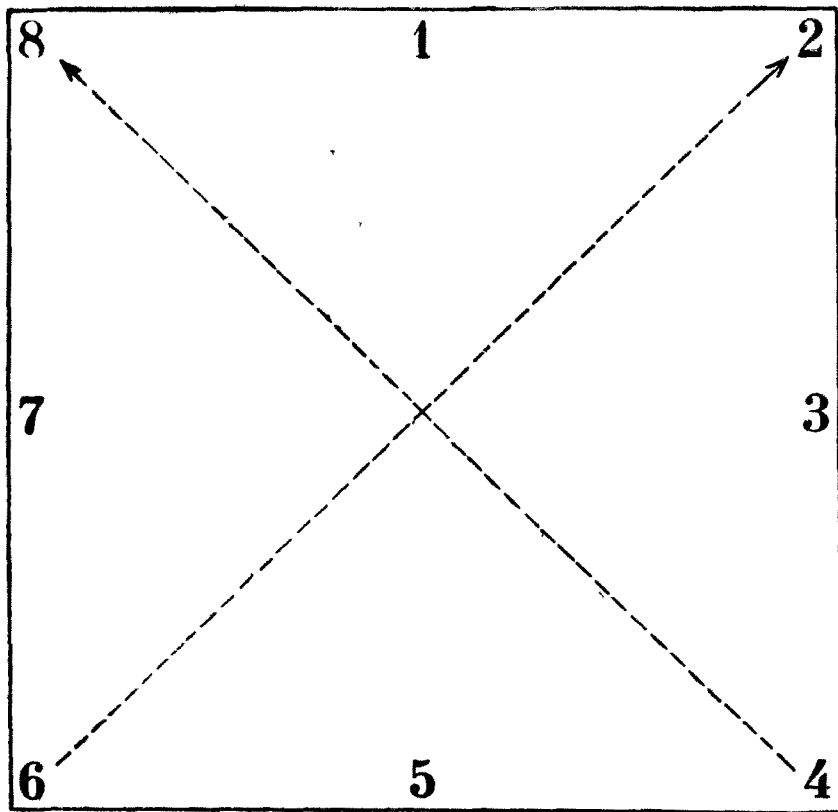
В повседневной классной работе пианист творчески участвует в процессе урока и музыкальном воспитании учеников, умело подбирая музыкальную литературу в тех случаях, когда задание педагога требует готовой музыкальной формы.

В книге помещен план класса с условно пронумерованными точками, которые должны определять положение поз и направление движений по прямой, по диагонали и по кругу во время упражнений на середине зала.

Задача книги — облегчить начинающим педагогам самостоятельное составление уроков и распределение учебной программы на год; мы надеемся, что опыт педагогов Ленинградского хореографического училища, на основе которого создано это пособие, поможет выполнению поставленной задачи.

*Нумерация точек зала*

*Зеркало*



*Диагональ*

*Диагональ*

# Первый класс

## Первое полугодие

Первоначальные упражнения для усвоения принятой в классическом танце постановки корпуса, ног, рук и головы. Развитие элементарных навыков координации движений.

(Учащиеся исполняют упражнения сначала стоя лицом к палке, держась за нее двумя руками, позднее — одной рукой, с правой и с левой ноги по очереди. Открывание рук из подготовительного положения на I и II позицию — *préparation* у палки и на середине зала — делается на четыре вступительных аккорда; опускание рук в подготовительное положение — на два заключительных аккорда. В конце учебного года *préparation* делается на два вступительных аккорда.)

### ПЕРВЫЙ ПРИМЕР УРОКА

#### Экзерсис у палки<sup>1</sup>

1. *Demi-plié*. Музыкальный размер  $\frac{4}{4}$ .

По два *demi-pliés* в I, II, III и V позициях. Каждое *demi-plié* исполняется на 2 такта. Перемена позиций ног исполняется на четыре аккорда.

2. *Battements tendus* с I позиции. 32 такта по  $\frac{4}{4}$ .

По четыре *battements tendus* вперед, в сторону, назад и в сторону, на 2 такта каждое.

3. *Battements tendus* с I позиции с *demi-plié*. 16 тактов по  $\frac{4}{4}$ .

На первый такт — *battements tendus* вперед, на второй такт — *demi-plié*. Повторить еще раз, затем то же самое исполнить два раза в сторону, два раза назад и опять два раза в сторону.

4. *Passé par terre* по I позиции. 16 тактов по  $\frac{4}{4}$ .

На I такт — *battement tendu* вперед, не задерживаясь в I позиции, на 1 такт — *battement tendu* назад; снова *passé* по I позиции и *battement tendu* вперед и т. д.

Упражнение повторяется 8 раз.

---

<sup>1</sup> Все упражнения исполняются лицом к палке.



5. *Demi-rond de jambe par terre (по четверти круга)*. Музыкальный размер  $\frac{4}{4}$ .

En dehors:

а) На  $\frac{2}{4}$  работающая нога с I позиции вытягивается вперед, на  $\frac{2}{4}$  проводится в сторону, на  $\frac{2}{4}$  ставится в I позицию и на  $\frac{2}{4}$  сохраняется положение I позиции.

Движение повторяется четыре раза.

б) На  $\frac{2}{4}$  нога с I позиции вытягивается в сторону, на  $\frac{2}{4}$  проводится назад, на  $\frac{2}{4}$  ставится в I позицию и на  $\frac{2}{4}$  сохраняется положение I позиции. Движение повторяется четыре раза.

En dedans то же самое исполняется назад с проведением ноги в сторону и в сторону с проведением ноги вперед.

6. *Упражнение для рук. Музыкальный размер  $\frac{3}{4}$  (медленный вальс)*.

Встать боком к палке в I или V позицию, держась за палку одной рукой, другая рука в подготовительном положении.

а) На 2 такта рука из подготовительного положения поднимается в I позицию; на 2 такта положение сохраняется; на 2 такта опускается в подготовительное положение; на 2 такта остается в подготовительном положении.

б) На 2 такта рука из подготовительного положения поднимается в I позицию; на 2 такта поднимается в III позицию; на 2 такта опускается в I позицию; на 2 такта — в подготовительное положение.

в) На 2 такта рука из подготовительного положения поднимается в I позицию; на 2 такта отводится на II позицию; 2 такта положение сохраняется; на 2 такта опускается в подготовительное положение.

г) На 2 такта рука поднимается в I позицию; на 2 такта — в III позицию; на 2 такта раскрывается на II позицию; на 2 такта опускается в подготовительное положение.

Каждое из перечисленных упражнений повторяется по четыре раза.

7. *Battements tendus с V позиции. 32 такта по  $\frac{4}{4}$* .

По четыре battements tendus вперед (на 2 такта каждое), в сторону, назад и в сторону.

8. *Подготовительное упражнение к battements tendus jetés с I позиции. Музыкальный размер  $\frac{4}{4}$* .

На первую и вторую четверти работающая нога выдвигается вперед носком в пол, на третью четверть выбрасывается на  $45^\circ$ , на четвертую четверть опускается носком в пол; на две четверти следующего такта нога закрывается в I позицию и на две четверти сохраняется исходное положение I позиции.

Упражнение повторяется четыре раза, затем исполняется в сторону и назад.

9. *Подготовительное упражнение к battements frappés. Музыкальный размер  $\frac{2}{4}$*

На два вступительных аккорда нога из I или V позиции вытягивается в сторону носком в пол (*préparation*).

На первый такт нога сгибается в колене и ставится в положение *sur le sou-de-pied* вперед; на второй такт положение сохраняется; на третий такт нога вытягивается в сторону носком в пол; на четвертый такт положение сохраняется.

Упражнение повторяется четыре раза, затем исполняется *sur le sou-de-pied* назад.

*10. Relevé на полупальцах в I позиции. 32 такта по  $\frac{4}{4}$ .*

а) На первый такт медленно подняться на полупальцы; на второй такт стоять на полупальцах; на третий такт медленно опуститься на обе ступни; на четвертый такт стоять в I позиции.

б) На первую и вторую четверти подняться на полупальцы; на третью и четвертую четверти стоять на полупальцах; на две четверти следующего такта опуститься на обе ступни; на третью и четвертую четверти стоять в I позиции.

Каждое упражнение повторяется четыре раза.

### *Движения на середине зала*

*1. Упражнение для рук. Музыкальный размер  $\frac{3}{4}$  (медленный вальс).*

Движения, указанные в эзерсисе у палки (п. 6), исполняются одновременно двумя руками; ноги в полувыворотной I позиции.

*2. Музыкальный размер  $\frac{2}{4}$ . Марш.*

Руки на бедрах, движение начинается с правой ноги, темп движения меняется: от медленных шагов к быстрым, затем быстрый бег и т. д.

Движение по кругу и по диагоналям из точки 6 в точку 2, из точки 2 в точку 6; из точки 4 в точку 8 и из точки 8 в точку 4.

## **ВТОРОЙ ПРИМЕР УРОКА**

### *Эзерсис у палки*

*1. Demi-plié. Музыкальный размер  $\frac{4}{4}$ .*

По два *demi-pliés* в I, II, III, V и IV позициях, на 2 такта каждое. Исполняется лицом к палке.

*2. Battements tendus с V позиции. 16 тактов по  $\frac{4}{4}$ .*

По четыре *battements tendus* вперед, в сторону, назад и в сторону, на  $\frac{4}{4}$  каждое. Исполняется лицом к палке.

*3. Предыдущее упражнение повторить, держась за палку одной рукой, но исполнить по два движения во всех направлениях.*

4. *Battements tendus jetés с V позиции. Музыкальный размер  $\frac{4}{4}$ .*

На первую четверть работающая нога выдвигается вперед носом в пол, на вторую — выбрасывается на  $45^\circ$ , на третью опускается носком в пол, на четвертую закрывается в V позицию. Движение повторяется четыре раза, затем исполняется в сторону, назад и в сторону по четыре раза во всех направлениях. Исполняется лицом к палке.

5. *4-е упражнение повторить, держась за палку одной рукой, исполнить по два движения во всех направлениях.*

6. *Ronds de jambe par terre. 16 тактов по  $\frac{4}{4}$ .*

En dehors: на первую и вторую четверти работающая нога с I позиции вытягивается вперед, на третью и четвертую четверти проводится в сторону; на две четверти следующего такта проводится назад и на третью и четвертую четверти ставится и I позицию.

Движение повторяется четыре раза en dehors и четыре en dedans. Исполняется лицом к палке.

7. *Предыдущее упражнение повторить, держась за палку одной рукой, четыре раза en dehors и четыре en dedans.*

В заключение исполняется простейшее port de bras: рука из подготовительного положения поднимается в I позицию, затем в III позицию, раскрывается на II позицию и опускается в подготовительное положение.

8. *Battements frappés. 8 тактов по  $\frac{4}{4}$ .*

Исходное положение — работающая нога вытянута в сторону носком в пол. На первую четверть работающая нога сгибается в колене и ударяет опорную sur le cou-de-pied впереди; на вторую четверть вытягивается в сторону носком в пол, на третью и четвертую четверти положение сохраняется. Затем удар делается sur le cou-de-pied сзади и т. д. Движение исполняется лицом к палке и повторяется восемь раз.

9. *Petits battements sur le cou-de-pied. 32 такта по  $\frac{2}{4}$ .*

Исходное положение — работающая нога sur le cou-de-pied впереди. Первый такт: нога приоткрывается в сторону II позиции; второй такт: сгибается и ставится sur le cou-de-pied сзади; третий такт: приоткрывается в сторону II позиции; четвертый такт: ставится sur le cou-de-pied впереди. Движение исполняется лицом к палке и повторяется восемь раз.

10. *Battements relevés lents на  $45^\circ$ . Музыкальный размер  $\frac{4}{4}$ .*

Из I или V позиции на первый такт работающая нога медленно поднимается вперед на  $45^\circ$ ; на второй такт положение сохраняется; на третий такт нога медленно опускается в исходное положение; на четвертый такт сохраняется положение I или V позиции. Движение исполняется лицом к палке по два раза: вперед, в сторону и назад.

11. *Relevé на полупальцах в I, II и V позициях. Музыкальный размер  $\frac{2}{4}$ .*

а) Первый такт: подняться на полупальцы; второй такт: опуститься в исходное положение. Упражнение повторяется по четыре раза в каждой позиции.

б) На первую четверть — *demi-plié*, на вторую подняться на полупальцы; на две четверти следующего такта медленно опуститься на всю ступню. Упражнение повторяется по четыре раза в каждой позиции. Исполняется лицом к палке.

12. *Перегибы корпуса лицом к палке в I позиции. Музыкальный размер  $\frac{3}{4}$  (вальс).*

На 4 такта — наклон корпуса вперед и возвращение его в прямое положение; на 4 такта — перегиб назад и возвращение в прямое положение; на 4 такта — перегиб в правую сторону и на 4 такта — в левую. Упражнение повторяется четыре раза.

### *Экзерсис на середине зала*

1. *Demi plié. Музыкальный размер  $\frac{4}{4}$ .*

По два *demi-pliés* в I, II, III и V позициях,<sup>1</sup> на два такта каждое.

2. *Battements tendus с I позиции. 16 тактов по  $\frac{4}{4}$ .*

По четыре *battements tendus* вперед, в сторону, назад и в сторону, на  $\frac{4}{4}$  каждое.

3. *Battements tendus с V позиции. 8 тактов по  $\frac{4}{4}$ .*

По два *battements tendus* вперед, в сторону, назад и в сторону, на  $\frac{4}{4}$  каждое.

4. *Battements tendus с V позиции с demi-plié. 16 тактов по  $\frac{4}{4}$ .*

На  $\frac{4}{4}$  — *battement tendu*, на  $\frac{4}{4}$  — *demi-plié*; по два раза вперед, в сторону, назад и в сторону.

5. *Упражнение для рук. Музыкальный размер  $\frac{2}{4}$  или  $\frac{3}{4}$ .*

Медленное поднимание и опускание рук на всех позициях: I—II позиции, I—III—II позиции; затем комбинации движений рук: правая на I позиции, левая на II; левая на I позиции, правая на II; правая на I позиции, левая на III; левая на I позиции, правая на III и т. п.<sup>2</sup>

### *ТРЕТИЙ ПРИМЕР УРОКА*

#### *Экзерсис у палки<sup>3</sup>*

1. *Demi-plié. Музыкальный размер  $\frac{4}{4}$ .*

По два *demi-pliés* в I, II, III, IV и V позициях на 2 такта каждое.

<sup>1</sup> В III и V позициях *demi-plié* исполняется в положении *en face* с правой и с левой ноги.

<sup>2</sup> Ноги находятся в I позиции

<sup>3</sup> Упражнения 1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8, 9 и 10 исполнять держась за палку одной рукой.

2. *Battements tendus c V позиции. 16 тактов по  $\frac{2}{4}$ .*

По четыре battements tendus вперед, в сторону, назад и в сторону, на  $\frac{2}{4}$  каждое.

3. *Battements tendus doubles c V позиции (с опусканием пятки во II позицию). 8 тактов по  $\frac{4}{4}$ .*

На первую четверть работающая нога вытягивается в сторону носком в пол, на вторую четверть нога опускается во II позицию на всю ступню, на третью четверть подъем и пальцы ноги вытягиваются, на четвертую четверть нога закрывается в V позицию. Движение повторяется восемь раз.

4. *Battements tendus jetés c V позиции. 16 тактов по  $\frac{2}{4}$ .*

Исполняются слитно: на первую четверть — бросок ноги на  $45^\circ$ , на вторую четверть возвращение ноги в исходную V позицию.

По четыре battements tendus jetés вперед, в сторону и назад, на  $\frac{2}{4}$  каждое, и на четыре такта — relevé lent на  $45^\circ$  в сторону II позиции.

5. *Ronds de jambe par terre. Музыкальный размер  $\frac{4}{4}$ .*

En dehors: на первую четверть работающая нога с I позиции вытягивается вперед и фиксирует эту точку; на вторую четверть проводится в сторону и также фиксирует точку; на третью четверть проводится назад, фиксирует точку; на четвертую четверть ставится в I позицию.

Движение повторяется четыре раза, затем исполняется в том же музыкальном размере на  $\frac{4}{4}$  каждое, но плавно, без остановок — вперед, в сторону и назад. То же самое повторяется en dedans. В заключение упражнения исполняется простейшее port de bras, на два такта по  $\frac{4}{4}$ .

6. *Battements soutenus в V позиции. 8 тактов по  $\frac{4}{4}$ .*

Исполняется по два раза во всех направлениях. На первую и вторую четверти работающая нога вытягивается в заданном направлении носком в пол, по правилам battement tendu; одновременно на опорной ноге опуститься на demi-plié. На третью и четвертую четверти работающая нога возвращается в V позицию, опорная вытягивается.

7. *Battements frappés во всех направлениях. Музыкальный размер  $\frac{4}{4}$ .*

Исходное положение — работающая нога вытянута в сторону, носком в пол. На первую четверть нога сгибается в колене и ударяет опорную ногу sur le sou-de-pied впереди; на вторую четверть вытягивается вперед, носком в пол, на третью и четвертую четверти это положение сохраняется. Затем то же самое исполняется в сторону, назад и в сторону. Комбинация повторяется от восьми до шестнадцати раз.

8. *Battements doubles frappés. 8 тактов по  $\frac{4}{4}$ .*

Исходное положение — работающая нога вытянута в сторону, носком в пол. На первую четверть нога сгибается в колене, ударяет опорную sur le sou-de-pied впереди; на вторую

четверть приоткрывается и переносится sur le cou-de-pied сзади; на третью четверть вытягивается в сторону, носком в пол, на четвертую четверть положение сохраняется. Следующее double frappé исполняется с ударом sur le cou-de-pied сзади и переносом работающей ноги sur le cou-de-pied вперед. Движение повторяется восемь раз.

9. *Petits battements sur le cou-de-pied*. 16 тактов по  $\frac{2}{4}$ .

На два вступительных аккорда работающая нога вытягивается в сторону, носком и пол, одновременно рука из подготовительного положения поднимается в I позицию. На следующие два аккорда нога сгибается и ставится sur le cou-de-pied вперед, одновременно рука открывается на II позицию. Первый такт: нога приоткрывается в сторону II позиции и сгибается sur le cou-de-pied сзади; второй такт: нога приоткрывается в сторону II позиции и сгибается sur le cou de pied впереди. Движение повторяется восемь раз.

10. *Grand plié* в I, II, III и V позициях. Музыкальный размер  $\frac{4}{4}$ .

По два grands pliés во всех перечисленных позициях исполняются по 2 такта каждое.

11. *Подготовка к ronds de jambe en l'air*. Музыкальный размер  $\frac{4}{4}$ .

Исполняется лицом к палке. Исходное положение — работающая нога открыта в сторону на  $45^\circ$ . Первый такт: нога сгибается в колене и подводится носком к середине икры опорной ноги; второй такт: нога вытягивается в сторону на  $45^\circ$ . Движение повторяется от четырех до восьми раз. Несколько позднее это упражнение разучивается на один такт  $\frac{4}{4}$ .

12. *Battements relevés lents* на  $90^\circ$  в сторону II позиции. 8 тактов по  $\frac{4}{4}$ .

Исполняется лицом к палке. Первый такт: работающая нога из I или V позиции поднимается в сторону на  $90^\circ$ ; второй такт — положение сохраняется; третий такт: нога опускается в исходное положение I или V позиции; четвертый такт — остановка в позиции. Движение повторяется два раза.

13. *Relevé на полупальцах* в I, II и V позициях. Музыкальный размер  $\frac{4}{4}$ .

Исполняется лицом к палке. Первый такт: на первую четверть — demi-plié; на вторую подняться на полупальцы; третья и четвертая четверти положение сохраняется. Второй такт: на первую и вторую четверти опуститься на demi-plié; на третью и четвертую четверти вытянуть колени. Упражнение повторяется по четыре раза в каждой позиции.

*Экзерсис на середине зала*

1. *Demi-plié*. Музыкальный размер  $\frac{4}{4}$ .

По два demi-pliés в I, II, III, IV и V позициях, на 2 такта каждое.

2. *Battements tendus c V позиции. 16 тактов по  $\frac{4}{4}$ .*

По четыре battements tendus вперед, в сторону, назад и в сторону, на  $\frac{4}{4}$  каждое.

3. *Battements tendus jetés c I позиции в сторону. Музыкальный размер  $\frac{2}{4}$ .*

Восемь battements tendus jetés, на  $\frac{2}{4}$  каждое.

4. *Demi-rond de jambe par terre. 16 тактов по  $\frac{4}{4}$ .*

En dehors. Первый такт: на первую четверть работающая нога вытягивается вперед; на вторую четверть проводится в сторону; на третью четверть закрывается в I позицию, на четвертую положение сохраняется. Второй такт: исполняется вторая половина rond de jambe par terre en dehors. Движение повторяется четыре раза, затем исполняется en dedans.

5. *Изучение épaulement croisé и effacé в V позиции.*

6. *Позы croisée и effacée вперед и назад. Музыкальный размер  $\frac{3}{4}$  (вальс).*

Поза croisée вперед.

V позиция épaulement croisé, правая нога впереди. Первый и второй такты: руки поднимаются в I позицию. Третий и четвертый такты: левая рука поднимается в III позицию, правая открывается на II позицию, голова поворачивается направо. Пятый и шестой такты: правая нога вытягивается croisé вперед, поском в пол. Седьмой и восьмой такты положение сохраняется. Следующие четыре такта поза сохраняется. Тринадцатый и четырнадцатый такты: левая рука раскрывается на II позицию. Пятнадцатый и шестнадцатый такты: руки опускаются в подготовительное положение, одновременно правая нога закрывается в V позицию.

Точно так же изучается поза croisée назад и поза effacée вперед и назад.

7. *I port de bras. Музыкальный размер  $\frac{4}{4}$ .*

Исходное положение — V позиция épaulement croisé, правая нога впереди, руки в подготовительном положении.

Первый такт: на первую и вторую четверти руки поднимаются в I позицию, на третью и четвертую четверти — в III позицию.

Второй такт: на первую и вторую четверти руки раскрываются на II позицию; на третью и четвертую четверти опускаются в подготовительное положение.

8. *II port de bras. Музыкальный размер  $\frac{4}{4}$ .*

Исходное положение — V позиция épaulement croisé, правая нога впереди; левая рука на III позиции, правая на II.<sup>1</sup>

Первый такт: на первую и вторую четверти левая рука открывается на II позицию, на третью и четвертую четверти левая рука опускается в подготовительное положение, правая поднимается в III позицию.

<sup>1</sup> Исходное положение принимается на четыре вступительных аккорда.

Второй такт: на первую и вторую четверти руки соединяются в I позиции; на третью и четвертую четверти раскрываются в исходное положение.

Движение повторяется четыре раза.

Следует отметить, что далее в примерах комбинаций, в позах, подразделяемых на большие и маленькие, не указываются подробно положения рук, хотя варианты позиций рук и поворотов головы в позах существуют. Они применяются по заданию педагога после того, как изучены основные положения.

Во всех больших позах руки могут находиться: одна в III позиции, другая на II; одна в I позиции, другая в III или обе руки в III позиции.

В маленьких позах положения рук варьируются в I и II позициях.

В позах арабеск на  $90^\circ$  и на  $45^\circ$  так называемые полу-арабески -- также могут быть различные положения рук, но во всех позах варианты позиций рук должны зависеть от изменений в положениях корпуса, его наклонов или небольших перегибов.

Разграничение поз на маленькие и большие, их соответствие маленьким па, исполняемым на  $45^\circ$ , и большим па на  $90^\circ$  придает танцу разнообразный художественный рисунок.

## ЧЕТВЕРТЫЙ ПРИМЕР УРОКА

### Экзерсис у палки

Учащиеся исполняют упражнения, держась за палку одной рукой.

1. *Demi-plié u grand plié в I, II, IV и V позициях. Музыкальный размер  $\frac{4}{4}$ .*

В I позиции: одно demi-plié на 2 такта, два demi-pliés на 1 такт каждое, два grands pliés на 2 такта каждое. То же самое исполнить во II, IV и V позициях.

2. *Battements tendus с V позиции. 16 тактов по  $\frac{2}{4}$ .*

Четыре battements tendus вперед, на  $\frac{2}{4}$  каждое; два doubles battements tendus в сторону, на 2 такта каждое; четыре battements tendus назад, на  $\frac{2}{4}$  каждое и два doubles в сторону, на 2 такта каждое.

3. *Battements tendus jetés piqués с V позиции. Музыкальный размер  $\frac{4}{4}$ .*

На первую и вторую восьмую — бросок работающей ноги вперед на  $45^\circ$ ; на третью восьмую — короткое piqué; четвертую восьмую нога держится на высоте  $45^\circ$ ; на пятую восьмую — piqué; на шестую нога держится на высоте  $45^\circ$ ; на седьмую и восьмую нога закрывается в V позицию. Повторить движение, затем исполнить по два раза в сторону, назад и в сторону.



В заключение исполняется поза croisée вперед носком в пол, на 4 такта по  $\frac{4}{4}$ .

1. *Ronds de jambe par terre. Музыкальный размер  $\frac{4}{4}$ .*

En dehors: на первую четверть работающая нога с I позиции вытягивается вперед и, не задерживаясь, проводится в сторону, достигая II позиции на вторую четверть; не задерживаясь, на третью четверть нога проводится назад и на четвертую ставится в I позицию, плавно, без остановок, продолжая движение по кругу. Исполняется четыре раза, затем повторяется en dedans.

В заключение исполняется III port de bras с перегибом корпуса, на 2 такта по  $\frac{4}{4}$ .

5. *Battements fondus.<sup>1</sup> 8 тактов по  $\frac{4}{4}$ .*

Исходное положение: работающая нога вытянута в сторону, носком в пол. На первую и вторую четверти работающую ногу согнуть sur le sou-de-pied вперед,<sup>2</sup> одновременно на опорной ноге опуститься на demi-plié; на третью и четвертую четверти работающую ногу вытянуть и поставить носком в пол, одновременно вытянуть опорную ногу из demi-plié. Движение исполняется по два раза вперед, в сторону, назад и в сторону.

6. *Battements frappés во всех направлениях. Музыкальный размер  $\frac{4}{4}$ .*

Исполняется так же, как и третьем примере урока. В заключение исполняется поза croisée назад носком в пол, на 4 такта по  $\frac{4}{4}$ .

7. *Battements doubles frappés во всех направлениях. Музыкальный размер  $\frac{4}{4}$ .*

Исходное положение — работающая нога вытянута в сторону, носком в пол. На первую четверть работающая нога сгибается в колене и ударяет опорную ногу sur le sou-de-pied сзади; на вторую четверть нога приоткрывается и переносится sur le sou-de-pied вперед; на третью четверть вытягивается вперед носком в пол; на четвертую четверть положение сохраняется. То же самое исполнить в сторону, назад, в сторону и повторить еще раз.

8. *Ronds de jambe en l'air en dehors и en dedans. Музыкальный размер  $\frac{4}{4}$ .*

Исполняется лицом к палке. Исходное положение — работающая нога открыта в сторону на 45°.

En dehors: на первую и вторую четверти нога сгибается в колене и, исполняя первую половину условного круга, подводится носком к середине икры опорной ноги. На третью и четвертую четверти, заканчивая вторую половину условного круга, вытягивается в исходное положение. Движение повторяется четыре раза, затем нога опускается в V позицию и

<sup>1</sup> Между третьим и четвертым примером уроков battements fondus изучаются лицом к палке.

<sup>2</sup> Sur le sou-de-pied вперед применяется условное.

снова открывается в сторону на  $45^\circ$  для повторения упражнения en dedans.

*9. Petits battements sur le cou-de-pied.*

Исполняется так же, как в третьем примере урока. В заключение упражнения на 2 такта по  $\frac{4}{4}$  подняться в V позиции на полупальцы, держась за палку одной рукой.

*10. Battements relevés lents на  $90^\circ$  в сторону и назад. Музыкальный размер  $\frac{4}{4}$ .*

Исполняется лицом к палке. Первый такт: из V позиции работающая нога поднимается на  $90^\circ$ . Второй такт: на первую и вторую четверти положение сохраняется; на третью и четвертую четверти нога опускается в исходное положение. Движение исполняется два раза в сторону и два раза назад.

*11. Battements relevés lents на  $90^\circ$  вперед.*

Исполняется так же, как упражнение 10, но учащиеся держатся за палку одной рукой.

*12. Grands battements jetés. Музыкальный размер  $\frac{4}{4}$ .*

Учащиеся исполняют grands battements jetés в сторону и назад, стоя лицом к палке, вперед — держась за палку одной рукой.<sup>1</sup>

Из I или V позиции работающая нога на первую четверть вытягивается в заданном направлении носком в пол; на вторую четверть — бросок ноги на  $90^\circ$ ; на третью четверть нога опускается носком в пол; на четвертую четверть ставится в I или V позицию. Исполняется четыре раза в сторону и отдельно четыре раза назад.

*13. Relevé на полупальцах в I, II и V позициях. Музыкальный размер  $\frac{4}{4}$ .*

Исполняется лицом к палке. На первую четверть — demi-plié; на вторую подняться на полупальцы; на третью снова опуститься на demi-plié; на четвертую вытянуть колени. Упражнение повторяется по четыре раза в каждой позиции.

*Экзерсис на середине зала*

*1. Demi-plié. 16 тактов по  $\frac{4}{4}$ .*

Одно demi-plié на 2 такта, два demi-pliés на 1 такт каждое в I, II, IV и V позициях. IV и V позиции исполняются в épaulement croisé.

*2. Battements tendus с V позиции.<sup>2</sup> 16 тактов по  $\frac{2}{4}$ .*

По четыре battements tendus вперед, в сторону, назад и в сторону, на  $\frac{2}{4}$  каждое.

<sup>1</sup> Через несколько уроков учащиеся должны исполнять grands battements jetés во всех направлениях по четыре раза, держась за палку одной рукой.

<sup>2</sup> Начиная с этого урока в экзерсисе на середине зала перед началом упражнений рекомендуется вставать в V позицию épaulement croisé. Открывая руки на I и II позиции, — поворачиваться en face. Заканчивать упражнения в V позицию следует также в épaulement croisé.

3. *Battements tendus jetés c V позиции. 24 такта по 2/4.*

По четыре battements tendus jetés вперед, в сторону, назад и в сторону, на 2/4 каждое.

Затем на 4 такта исполнить с левой ноги позу croisée вперед. Первый такт: работающая нога вытягивается вперед, носком в пол, одновременно руки поднимаются на I позицию. Второй такт: руки раскрываются — правая на III, левая на II позицию. Третий такт: правая рука опускается на II позицию. Четвертый такт: нога закрывается в V позицию, одновременно руки опускаются в подготовительное положение. Точно так же исполнить с правой ноги позу croisée назад.

4. *Ronds de jambe par terre Музыкальный размер 4/4.*

En dehors на первую четверть работающая нога с I позиции вытягивается вперед и фиксирует точку; на вторую четверть проводится в сторону и фиксирует точку; на третью четверть проводится назад, также фиксируя точку, и на четвертую четверть ставится в I позицию. Движение исполняется четыре раза, затем повторяется en dedans.

5. *Позы croisée и effacée, исполняемые слитно. Музыкальный размер 3/4 (вальс).*

Поза croisée вперед. V позиция épaulement croisé, правая нога впереди. Первый и второй такты: руки поднимаются в I позицию, одновременно правая нога вытягивается croisé вперед, носком в пол. Третий и четвертый такты: левая рука поднимается в III позицию, правая открывается на II позицию, голова поворачивается направо. Пятый и шестой такты: левая рука открывается на II позицию. Седьмой и восьмой такты: руки опускаются в подготовительное положение, одновременно правая нога закрывается в V позицию.

Поза повторяется от двух до четырех раз вперед и назад, затем исполняются позы effacée.

6. *Изучение позы écartée назад и вперед. Музыкальный размер 4/4 или 3/4 (вальс).*

Поза écartée назад.

V позиция épaulement effacé, правая нога впереди. Первый и второй такты: руки поднимаются в I позицию, одновременно правая нога вытягивается в сторону носком в пол, в направлении точки 4. Третий и четвертый такты: правая рука поднимается в III позицию, левая открывается на II позицию, голова поворачивается налево. Пятый и шестой такты: правая рука открывается на II позицию. Седьмой и восьмой такты: руки опускаются в подготовительное положение, одновременно правая нога закрывается в V позицию.

Поза повторяется от двух до четырех раз.

Так же изучается поза écartée вперед.

7. *I и II arabesques (первоначальное изучение). Музыкальный размер 3/4 (вальс).*

Встать лицом в точку 3 в невыворотную I или V позицию.

Первый и второй такты: руки поднимаются в I позицию. Третий и четвертый такты: руки отводятся — правая вперед, левая в сторону, принимая положение, присущее *agabesque*. Пятый и шестой такты: левая нога вытягивается назад поском в пол. Седьмой, восьмой, девятый, десятый, одиннадцатый, двенадцатый такты: положение сохраняется. Тринадцатый, четырнадцатый, пятнадцатый, шестнадцатый такты: руки опускаются в подготовительное положение, одновременно левая нога закрывается в I или V позицию. Поза повторяется от двух до четырех раз, затем так же изучается II *agabesque*.

#### 8. *II port de bras.*

Исполняется так же, как в третьем примере урока.

9. *Temps levé (прыжки) в I и II позициях. Музыкальный размер  $\frac{4}{4}$ .*

Исполняется лицом к палке.

а) На первую и вторую четверти — *demi-plié*, между второй и третьей четвертью — прыжок, оканчивающийся на третью четверть на *demi-plié*; на четвертую четверть колени вытягиваются. Упражнение повторяется по четыре раза в I и II позициях.

б) На первую четверть — *demi-plié*, между первой и второй четвертью — прыжок, оканчивающийся на вторую четверть на *demi-plié*; на третью и четвертую четверти колени вытягиваются.<sup>1</sup>

10. *Port de bras с наклоном корпуса вперед, с перегибом назад и в стороны, в невыворотной I позиции.*<sup>2</sup>

## ПЯТЫЙ ПРИМЕР УРОКА

### Экзерсис у палки

1. *Demi-plié и grand plié в I, II, IV и V позициях. Музыкальный размер  $\frac{4}{4}$ .*

В I позиции: два *demi-pliés* на  $\frac{4}{4}$  каждое, одно *grand plié* на 2 такта. То же исполнить во II, IV и V позициях.

2. *Battements tendus в V позиции. 16 тактов по  $\frac{2}{4}$ .*

Четыре *battements tendus* вперед, на  $\frac{2}{4}$  каждое, два *battements tendus* в *demi-plié* в сторону, на 2 такта каждое; распределить движение следующим образом: на первую четверть работающая нога вытягивается в сторону, на вторую четверть

<sup>1</sup> Через несколько уроков *temps levé* также исполняется в V позиции. В I и II позициях после исполнения у палки повторяются и на середине зала.

<sup>2</sup> Все последующие уроки рекомендуется заканчивать *port de bras* с перегибом корпуса.

закрывается в V позицию на demi-plié. На первую четверть следующего такта demi-plié углубляется, на вторую четверть колени вытягиваются. Четыре battements tendus назад на  $\frac{2}{4}$  каждое, и два battements tendus в demi-plié в сторону, на 2 такта каждое.

3. *Battements tendus jetés с V позиции. 16 тактов по  $\frac{2}{4}$ .*

По четыре battements tendus jetés вперед, в сторону, назад и в сторону, на  $\frac{2}{4}$  каждое.

В заключение на 4 такта исполнить позу écartée назад и на 4 такта позу écartée вперед.

4. *Préparation для ronds de jambe par terre. 16 тактов по  $\frac{4}{4}$ .*

En dehors. Первый такт: на первую четверть — demi-plié в I позиции, на вторую четверть работающая нога вытягивается вперед, носком в пол, одновременно рука поднимается в I позицию; на третью и четвертую четверти работающая нога проводится в сторону, одновременно рука открывается на II позицию, а колено опорной ноги вытягивается. Второй такт: на первую и вторую четверти положение сохраняется; на третью и четвертую четверти нога ставится в I позицию, одновременно рука опускается в подготовительное положение. Движение повторяется четыре раза, затем так же исполняется en dedans.

5. *Ronds de jambe par terre.*

Исполняется так же, как в четвертом примере урока. В заключение исполняется обвод на plié (rond de jambe par terre), на 2 такта по  $\frac{4}{4}$ .

En dehors. Первый такт: на первую четверть — demi-plié в I позиции, на вторую четверть работающая нога вытягивается вперед, носком в пол, одновременно рука поднимается в I позицию; на третью и четвертую четверти нога одновременно с рукой отводится на II позицию. Второй такт: на первую и вторую четверти нога проводится назад; на третью и четвертую четверти нога ставится в I позицию, одновременно опорная нога вытягивается, а рука опускается в подготовительное положение. Затем обвод на plié исполняется так же en dedans.

6. *Battements fondus.*

Исполняется так же, как в четвертом примере урока. В заключение упражнения на 2 такта по  $\frac{4}{4}$  исполнить позу II agasbesque носком в пол.

7, 8, 9, 10. *Battements frappés, doubles frappés, ronds de jambe en l'air, petits battements sur le cou-de-pied.*

Исполняются так же, как в четвертом примере урока.

11. *Battements relevés lents на  $90^\circ$  с V позиции. 16 тактов по  $\frac{4}{4}$ .*

По два relevés на  $90^\circ$  вперед, в сторону, назад и в сторону, на 2 такта каждое. Исполнить, держась за палку одной рукой.

12. *Grands battements jetés с V позиции. 16 тактов по  $\frac{4}{4}$ .*

Исполнить по два *grands battements jetés* вперед, в сторону, назад и в сторону на  $\frac{4}{4}$  каждый; распределить движение следующим образом: на первую четверть бросок работающей ноги на  $90^\circ$ , на вторую четверть нога опускается в V позицию; третья и четвертая четверти — остановка в V позиции.

13. *Relevé на полупальцах в I, II и V позициях.*

Исполняется так же, как в четвергом примере урока.

14. *Pas de bourrée с переменной ног en dehors и en dedans.*  
Музыкальный размер  $\frac{4}{4}$ .

Изучается лицом к палке. V позиция, правая нога впереди.

En dehors. За тактом — *demi-plié* на правой ноге, левая сгибается sur le sou-de-pied сзади. На первую четверть встать на левую ногу на полупальцы, согнув правую sur le sou-de-pied впереди; на вторую четверть шаг в сторону на полупальцы на правую ногу, левая sur le sou-de-pied впереди; на третью четверть *demi plié* на левой ноге, правая sur le sou-de-pied сзади; на четвертую четверть положение сохраняется. Движение повторяется подряд с правой и с левой ноги от четырех до восьми раз. Так же исполняется *pas de bourrée en dedans*.<sup>1</sup>

### Экзерсис на середине зала

1. *Demi-plié и grand plié в I, II, IV и V позициях.* Музыкальный размер  $\frac{4}{4}$ .

В I позиции: два *demi-pliés*, на  $\frac{4}{4}$  каждое; одно *grand plié* на 2 такта. То же исполнить во II позиции. В IV и V позициях исполнить по два *demi-pliés*, на  $\frac{4}{4}$  каждое.<sup>2</sup>

2. *Battements tendus с V позиции.* 32 такта по  $\frac{2}{4}$ .

По восемь *battements tendus* вперед, в сторону и назад, на  $\frac{2}{4}$  каждое. В заключение исполнить по 4 такта с левой ноги позу *écartée* назад, и на 4 такта с правой ноги — позу *écartée* вперед.

3. *Battements tendus jetés с V позиции.* 24 такта по  $\frac{2}{4}$ .

По четыре *battements tendus jetés* вперед, в сторону, назад и в сторону, на  $\frac{2}{4}$  каждое. В заключение исполнить на 4 такта с левой ноги позу I *arabesque* и на 4 такта — позу II *arabesque*.

4. *Ronds de jambe par terre.* 12 тактов по  $\frac{4}{4}$ .

Четыре *ronds de jambe par terre en dehors* и четыре *en dedans*, на  $\frac{4}{4}$  каждый. Исполняется плавно, без остановок. Закончить в V позицию *épaulement croisé* и два раза исполнить II *port de bras*, на 2 такта по  $\frac{4}{4}$  каждое.

5. *Battements soutenus с V позиции.* Музыкальный размер  $\frac{4}{4}$ .

<sup>1</sup> Через несколько уроков это *pas de bourrée* варьируется на  $\frac{3}{4}$  и на  $\frac{2}{4}$  каждое

<sup>2</sup> *Demi plié* в IV позиции исполнить в *épaulement croisé*.

Исполняется так же, как в третьем примере урока, в эзерсисе у палки, п. 6.

6. *III arabesque. Музыкальный размер  $\frac{3}{4}$  (вальс).*

Изучается в последовательности, указанной в четвертом примере урока (I и II arabesque).<sup>1</sup>

7. *III port de bras. Музыкальный размер  $\frac{4}{4}$ .<sup>2</sup>*

Первый такт: на первую и вторую четверти корпус наклонить вперед; на третью и четвертую четверти выпрямиться. Второй такт: на первую и вторую четверти перегнуть корпус назад; на третью и четвертую четверти выпрямиться.

8. *Temps levé в I, II и V позициях. Музыкальный размер  $\frac{4}{4}$ .*

Исполняется так же, как в четвертом примере урока.

9. *Changements de pieds. Музыкальный размер  $\frac{4}{4}$ .*

Исполняются лицом к палке, по мере усвоения — и на середине зала.

а) На первую и вторую четверти — demi-plié; между второй и третьей четвертью — прыжок, оканчивающийся на третью четверть на demi-plié; на четвертую четверть колени вытягиваются.

б) На первую четверть — demi-plié; между первой и второй четвертью прыжок, оканчивающийся на вторую четверть на demi-plié. На третью и четвертую четверти колени вытягиваются.

Движение повторяется восемь раз.

## Второе полугодие

### ШЕСТОЙ ПРИМЕР УРОКА

#### Эзерсис у палки

1. *Demi-plié, grand plié и relevé на полупальцы в I, II, IV и V позициях. Музыкальный размер  $\frac{4}{4}$ .*

В I позиции: два demi-pliés, на  $\frac{4}{4}$  каждое; два grands pliés, на 2 такта каждое; два relevés на полупальцы, на  $\frac{4}{4}$  каждое. То же самое исполнить во II, IV и V позициях.

2. *Battements tendus в V позиции. 8 тактов по  $\frac{4}{4}$ .*

По два battements tendus вперед, в сторону, назад и в сторону, на  $\frac{2}{4}$  каждое. Повторить все в обратном порядке и на

<sup>1</sup> По мере усвоения поз I, II и III arabesques руки открываются в положение arabesque и одновременно с этим нога вытягивается назад, носком в пол.

<sup>2</sup> Port de bras могут исполняться также на  $\frac{3}{4}$  (вальс). В этом случае каждая четверть четырехдольного или двухдольного размера соответствует одному такту вальса.

2 такта исполнить медленный поворот к палке на всей ступне.

3. *Battements tendus jetés с V позиции. 16 тактов по 2/4.*

По четыре battements tendus jetés вперед, в сторону, назад и в сторону, на 2/4 каждое. В заключение на 4 такта исполнить поворот от палки на всей ступне.

4. *Ronds de jambe par terre. Музыкальный размер 2/4.*

En dehors. На четыре вступительных аккорда -- préparation en dehors, затем восемь ronds de jambe par terre, на 2/4 каждый.<sup>1</sup> На четыре аккорда исполнить préparation en dedans, затем восемь ronds de jambe par terre en dedans, на 2/4 каждый. На 4 такта — обвод на plié en dehors и на 4 такта — обвод на plié en dedans. В заключение исполнить два раза III port de bras с перегибом корпуса, на 4 такта каждое.

5. *Battements soutenus с подъемом на полупальцы в V позицию. 8 тактов по 4/4.*

Исполняется вперед, в сторону, назад и в сторону, по два раза во всех направлениях. На первую и вторую четверти работающую ногу вытянуть носком в пол, одновременно на опорной опуститься на demi-plié; на третью и четвертую четверти работающую ногу подтянуть к опорной, которая вытягивается в колене, в V позицию на полупальцы.

6. *Battements frappés в сторону на 45°. 8 тактов по 2/4.*

Исходное положение — работающая нога вытянута в сторону на 45°. За тактом работающая нога ударяет опорную sur le sou-de-pied спереди; на первую четверть быстро вытягивается в сторону на 45°; на вторую четверть положение сохраняется. Движение повторяется восемь раз.<sup>2</sup>

7. *Battements doubles frappés в сторону. 8 тактов по 2/4.*

Исходное положение — работающая нога вытянута в сторону носком в пол.

На первую четверть работающая нога ударяет опорную sur le sou-de-pied спереди; на вторую восьмую переносится sur le sou-de-pied назад; на вторую четверть быстро вытягивается в сторону, на четвертую восьмую положение сохраняется. Движение исполняется четыре раза носком в пол и четыре раза на 45°.

8. *Ronds de jambe en l'air. 8 тактов по 4/4.*

Исходное положение — работающая нога открыта в сторону на 45°.

На первую и вторую четверти исполняется rond de jambe; на третью и четвертую четверти сохраняется исходное положение.

---

<sup>1</sup> При исполнении rond de jambe par terre на 2/4 passé по I позиции приходится на вторую четверть. В дальнейшем, при исполнении на 1/4, passé по I позиции (заключение каждого rond de jambe) также приходится на четверть.

<sup>2</sup> Полезным является также сочетать battements frappés носком в пол и на 45°, исполняя первую половину движений носком в пол, вторую — на 45°.



ние. Движение выполняется четыре раза en dehors и четыре en dedans.

9. *Petits battements sur le cou-de-pied*. Музыкальный размер  $2/4$ .

За таким работающая нога из положения sur le cou-de-pied впереди приоткрывается в сторону, на первую четверть сгибается sur le cou-de-pied сзади; на вторую восьмую приоткрывается в сторону и на вторую четверть сгибается sur le cou-de-pied впереди. Движение повторяется от восьми до шестнадцати раз.

10. *Battements développés с V позиции в сторону и назад*. Музыкальный размер  $1/4$ .

Исполняется лицом к палке.<sup>1</sup> Первый такт: на первую и вторую четверти работающая нога подтягивается sur le cou-de-pied и фиксирует это положение.<sup>2</sup> На третью и четвертую четверти нога подтягивается к колену опорной ноги (спереди или сзади) и также фиксирует это положение. Второй такт: нога вытягивается в заданном направлении на  $90^\circ$ . Третий такт: положение сохраняется. Четвертый такт: опустить ногу в V позицию. Движение повторяется от двух до четырех раз.

11. *Grands battements jetés pointés*. 16 тактов по  $1/4$ .

На первую четверть — бросок работающей ноги на  $90^\circ$ ; на вторую четверть нога опускается на носок; третья и четвертая четверти — положение сохраняется. Исполняется по четыре раза во всех направлениях.

12. *Relevé на полупальцы в I, II и V позициях*.

Исполняется так же, как в предыдущих уроках.

### Экзерсис на середине зала

1. *Demi-plié, grand plié и relevé на полупальцы в I, II, IV и V позициях*.

Исполнить так же, как в экзерсисе у палки.<sup>3</sup>

2. *Battements tendus с V позиции*. 32 такта по  $2/4$ .

По восемь battements tendus вперед, в сторону и назад, на  $2/4$  каждое. В заключение на 4 такта с левой ноги исполнить позу croisée вперед; с правой ноги — позу III arabesque.

3. *Battements tendus jetés с V позиции*. 16 тактов по  $2/4$ .

По четыре battements tendus jetés вперед, в сторону, назад и в сторону, на  $2/4$  каждое.

4. *Ronds de jambe par terre*. Музыкальный размер  $2/4$ .

En dehors. На четыре вступительных аккорда исполнить prèparation, затем восемь ronds de jambe par terre, на  $2/4$  каж-

<sup>1</sup> По мере усвоения développés исполнять вперед, в сторону и назад, держа за палку одной рукой.

<sup>2</sup> Sur le cou-de-pied впереди применяется условное, сзади — учебное.

<sup>3</sup> Demi-plié и grand plié в IV позиции исполнить в épaulements effacé или croisé.

дый. На 4 такта исполнить обвод на *plié en dehors*, закончить его в V позицию; на 4 такта — III *porté de bras*. Повторить комбинацию с другой ноги и исполнить отдельно *en dedans*.

5. *Battements fondus носком в пол. 8 тактов по  $\frac{4}{4}$ .*

По два *battements fondus* вперед, в сторону, назад и в сторону, на  $\frac{4}{4}$  каждое.

6. *Battements frappés в сторону.*

Исполняется так же, как в эзерсисе у палки, но носком в пол.<sup>1</sup>

7. *Pas de bourrée с переменной ног en dehors и en dedans.*

Исполняется так же, как в третьем примере урока в эзерсисе у палки.

8. *Повороты на полпальцах в V позиции (pas de bourrée suivi).*

### *Allegro*

1. *Temps levé в I, II и V позициях. Музыкальный размер  $\frac{4}{4}$ .*

Исполняется по четыре раза на всех позициях, на  $\frac{4}{4}$  каждое.

2. *Changements de pieds. 8 тактов по  $\frac{4}{4}$ .*

Исполняется восемь раз, на  $\frac{4}{4}$  каждый.

3. *Pas echappé. Музыкальный размер  $\frac{4}{4}$ .*

Исполняется лицом к палке, а по мере усвоения — и на середине зала.

а) Первый такт: на первую четверть — *demi-plié* в V позиции; между первой и второй четвертью — прыжок, оканчивающийся на вторую четверть во II позицию на *demi-plié*; на третью и четвертую четверти колени вытягиваются. Второй такт: на первую четверть — *demi-plié* во II позиции; между первой и второй четвертью — прыжок, оканчивающийся на вторую четверть в V позицию на *demi-plié*; на третью и четвертую четверти колени вытягиваются.

б) На первую четверть — *demi-plié*; между первой и второй четвертью — прыжок, оканчивающийся на вторую четверть во II позицию на *demi-plié*; между второй и третьей четвертью — прыжок, оканчивающийся на третью четверть в V позицию на *demi-plié*; на четвертую четверть колени вытягиваются.

Движение повторяется от четырех до восьми раз.

4. *Pas assemblé. Музыкальный размер  $\frac{4}{4}$ .*

Исполняется лицом к палке, а по мере усвоения — и на середине зала. На первую четверть — *demi-plié*; между первой и второй четвертью — прыжок, оканчивающийся на вторую четверть на *demi-plié*; на третью и четвертую четверти колени вытягиваются. Движение повторяется от четырех до восьми раз.

<sup>1</sup> За несколько уроков до этого рекомендуется изучить на середине зала положение *sur le cou-de pied*.

## Экзерсис на пальцах

1. *Relevé* в I, II и V позициях. Музыкальный размер  $\frac{4}{4}$ .

Исполняется лицом к палке, а по мере усвоения (шесть — восемь уроков) — и на середине зала.

На первую четверть — *demi-plié*; на вторую четверть подняться на пальцы; на третью четверть опуститься на *demi-plié*; на четвертую четверть вытянуть колени. Движение повторяется и каждой позиции по восемь раз.

## СЕДЬМОЙ ПРИМЕР УРОКА

### Экзерсис у палки

1. *Demi-plié, grand plié* и *relevé* на полупальцы в I, II, IV и V позициях. Музыкальный размер  $\frac{4}{4}$ .

Исполняется так же, как в шестом примере урока.

2. *Battements tendus* с V позиции. 16 тактов по  $\frac{2}{4}$ .

По восемь *battements tendus* вперед, в сторону, назад и в сторону, на  $\frac{2}{4}$  каждое. В заключение на 2 такта исполняется поворот к палке и на 2 такта *relevé* на полупальцы в V позиции.

3. *Battements tendus jetés* с V и I позиции. 32 такта по  $\frac{2}{4}$ .

По восемь *battements tendus jetés* с V позиции вперед, в сторону и назад, на  $\frac{2}{4}$  каждое. Четыре *battements tendus jetés* с I позиции в сторону, на  $\frac{2}{4}$  каждое, и четыре *piqués*, на  $\frac{2}{4}$  каждое.

4. *Ronds de jambe par terre*.

Исполняется так же, как в шестом примере урока.

5. *Battements fondus* на  $45^\circ$ . 8 тактов по  $\frac{4}{4}$ .

Исходное положение — работающая нога открыта в сторону на  $45^\circ$ .

По два *battements fondus* вперед, в сторону, назад и в сторону, на  $\frac{4}{4}$  каждое.

6. *Battements frappés* на  $45^\circ$ . 16 тактов по  $\frac{2}{4}$ .

Исходное положение — работающая нога открыта в сторону на  $45^\circ$ .

По четыре *battement frappés* вперед, в сторону, назад и в сторону, на  $\frac{2}{4}$  каждое.

7. *Battements doubles frappés* на  $45^\circ$ . 16 тактов по  $\frac{2}{4}$ .

Исходное положение — работающая нога открыта в сторону на  $45^\circ$ .

Исполнить *battements doubles frappés* вперед, в сторону, назад и в сторону, на  $\frac{2}{4}$  каждое. Повторить комбинацию движений четыре раза.

8. *Ronds de jambe en l'air*. 16 тактов по  $\frac{2}{4}$ .

*En dehors*. Три *ronds de jambe en l'air*, на  $\frac{2}{4}$  каждый, на следующие  $\frac{2}{4}$  работающая нога сохраняет положение на  $45^\circ$ .

Два *ronds de jambe en l'air*, на  $\frac{2}{4}$  каждый, затем на  $\frac{2}{4}$  нога опускается носком в пол и на  $\frac{2}{4}$  поднимается на  $45^\circ$ .

Из этого положения движения повторяются *en dedans*.

9. *Petits battements sur le cou-de-pied*.

Исполняются так же, как в шестом примере урока.

10. *Battements développés*. 16 тактов по  $\frac{1}{4}$ .

Первый такт: на первую четверть работающая нога подтягивается *sur le cou-de-pied* и фиксирует это положение; на вторую четверть нога подтягивается к колену опорной ноги и также фиксирует это положение; на третью и четвертую четверти нога вытягивается в заданном направлении на  $90^\circ$ . Второй такт: на первую и вторую четверти положение сохраняется; на третью и четвертую четверти нога опускается в V позицию. Движение исполняется по два раза вперед, в сторону, назад и в сторону.

11. *Grands battements jetés*. 16 тактов по  $\frac{2}{4}$ .

За тактом — бросок работающей ноги на  $90^\circ$ ; на первую четверть нога опускается в V позицию; на вторую четверть положение сохраняется. Исполняется по четыре раза во всех направлениях.

12. *Relevé на полупальцы в I, II и V позициях*.

Исполняется так же, как в предыдущих уроках.

### Экзерсис на середине зала

1. *Demi-plié, grand plié и relevé на полупальцы в I, II, IV и V позициях*.

Исполняется так же, как в экзерсисе у палки.

2. *Battements tendus с V позиции*. 16 тактов по  $\frac{2}{4}$ .

По четыре *battements tendus* вперед, в сторону, назад и в сторону, на  $\frac{2}{4}$  каждое.

3. *Battements tendus jetés с V позиции*. 16 тактов по  $\frac{2}{4}$ .

По четыре *battements tendus jetés* вперед, в сторону, назад и в сторону, на  $\frac{2}{4}$  каждое.

4. *Battements fondus носком в пол и на  $45^\circ$* . 8 тактов по  $\frac{4}{4}$ .

Два *battements fondus* вперед носком в пол, на  $\frac{4}{4}$  каждое; два в сторону носком в пол, на  $\frac{4}{4}$  каждое. Повторить по два *battements fondus* вперед и в сторону с открыванием ноги на  $45^\circ$ .

Отдельно исполнить все в обратном порядке.<sup>1</sup>

5. *Battements frappés в сторону носком в пол и на  $45^\circ$* . 16 тактов по  $\frac{2}{4}$ .

По два *battements frappés* вперед, в сторону, назад и в сторону, носком в пол, на  $\frac{2}{4}$  каждое, и по два *battements frappés* на  $45^\circ$ , в тех же направлениях, на  $\frac{2}{4}$  каждое.

<sup>1</sup> В виде исключения в этом уроке пропускается *ronds de jambe par terre*, так как прорабатываются новые, сложные раз.

6. *Battelements doubles frappés носком в пол и на 45°. 16 тактов по 2/4.*

Восемь battements doubles frappés в сторону, носком в пол, на 2/4 каждое, и восемь на 45°, на 2/4 каждое.

7. *Petits battements sur le cou-de-pied.*

Исполняется так же, как в эскерсисе у палки.

8. *Battelements relevés lents в сторону на 90°. Музыкальный размер 4/4.*

Первый такт: работающая нога поднимается на 90°. Второй такт: первая и вторая четверти положение сохраняется; на третью и четвертую четверти нога опускается в V позицию.<sup>1</sup> Движение повторяется четыре раза.

9. *Temps lié par terre вперед и назад. Музыкальный размер 4/4.*

Каждое temps lié исполняется на 2 такта, четыре раза вперед и четыре назад.<sup>2</sup>

## *Allegro*

1. *Temps levé в I, II и V позициях. Музыкальный размер 4/4.*

В I позиции: на первую четверть — demi-plié; между первой и второй четвертью прыжок, оканчивающийся на вторую четверть на demi plié; на третью и четвертую четверти колени вытягиваются. Повторить еще раз, затем исполнить прыжок третий раз, но вытянуть колени на третью четверть; на четвертую сделать demi-plié и три прыжка подряд, на одну четверть каждый (на три четверти), на четвертую четверть вытянуть колени. Вся комбинация занимает четыре такта. То же самое исполнить во II и V позициях.

2. *Changements de pieds.*

Исполняется так же, как temps levé.

3. *Pas assemblé.*

Исполняется так же, как в шестом примере урока, восемь с продвижением вперед и восемь с продвижением назад, на 4/4 каждое.

4. *Pas échappé. Музыкальный размер 4/4.*

На первую четверть — demi-plié; между первой и второй четвертью — прыжок, оканчивающийся на вторую четверть во II позицию на demi-plié; между второй и третьей четвертью — прыжок, оканчивающийся на третью четверть в V позицию на demi-plié; на четвертую четверть колени вытягиваются.<sup>3</sup>

---

<sup>1</sup> Через несколько уроков battements relevés lents исполняются вперед, в сторону и назад.

<sup>2</sup> Подробное распределение temps lié на музыкальные доли смотреть в моей брошюре «Методика слитных движений» (М., 1961).

<sup>3</sup> Changements de pieds, assemblé и échappé исполняются без épaulement. По мере усвоения в последнюю четверть учебного года прыжки, исполняемые с V позиции, делаются с épaulement

5. *Pas balancé*. Музыкальный размер  $\frac{3}{4}$ .

Исполняются от восьми до шестнадцати раз.

6. *Pas de basque* (сценическая форма). Музыкальный размер  $\frac{3}{4}$  (вальс).

Исполняются от восьми до шестнадцати раз.

## ПЕРВЫЙ ПРИМЕР ЭКЗЕРСИСА НА ПАЛЬЦАХ

1. *Relevés* в I, II и V позициях.

Исполняются, как в шестом примере урока.

2. *Pas échappé* во II позицию. 8 тактов по  $\frac{4}{4}$ .

Исполняется лицом к палке, по мере усвоения — на середине зала. На первую четверть *demi-plié*; на вторую четверть подняться на пальцы во II позицию; на третью четверть опуститься в V позицию на *demi-plié*; на четвертую четверть вытянуть колени. Движение исполняется восемь раз.<sup>1</sup>

3. *Pas de bourrée suivi* в V позиции. Музыкальный размер  $\frac{2}{4}$ .

Исполняется лицом к палке, по мере усвоения — на середине зала. На два вступительных аккорда исполнить *demi-plié* и встать на пальцы в V позицию. На каждую четверть носки ног поочередно отделяются от пола и ставятся в V позицию на пальцы. Движение повторяется от шестнадцати до тридцати двух раз. Со временем темп ускоряется и каждое движение исполняется на одну восьмую.

К концу учебного года *pas de bourrée suivi* делается с маленьким продвижением по прямой линии и по диагонали.

## ВОСЬМОЙ ПРИМЕР УРОКА

### Экзерсис у палки

1. *Demi-plié, grand plié, relevé* на полупальцы, *battements tendus, battements tendus jetés, ronds de jambe par terre, battements fondus* на  $45^\circ$  и *battements frappés*.

Исполняются так же, как в седьмом примере урока.

2. *Ronds de jambe en l'air*. 32 такта по  $\frac{2}{4}$ .

En dehors. Семь *ronds de jambe en l'air*, на  $\frac{2}{4}$  каждый; на  $\frac{2}{4}$  работающая нога опускается в V позицию. На 4 такта исполняется поза *effacée* вперед и на 4 такта — поза *écartée* назад. Затем *ronds de jambe en l'air* исполняются en dedans и на 4 такта — поза *effacée* назад, на 4 такта — поза *écartée* вперед.

<sup>1</sup> *Pas échappé* разучивается en face, в конце года вводится *épaulement* в V позиции.

3. *Petits battements sur le cou-de-pied*. 8 тактов по  $\frac{2}{4}$ .

За тактом работающая нога приоткрывается, переносится sur le cou-de-pied сзади, снова приоткрывается и на первую четверть переносится sur le cou-de-pied вперед. Таким образом, каждый petit battement заканчивается и исполняется на одну четверть. Движение повторяется шестнадцать раз.

4. *Battements développés u battements relevés lents* на  $90^\circ$ . 16 тактов по  $\frac{4}{4}$ .

Одно relevé lent вперед на 2 такта; одно développé вперед на 2 такта. То же самое исполнить в сторону, назад и в сторону.

5. *Grands battements jetés*.

Исполняется так же, как в седьмом примере урока.

★ *Экзерсис на середине зала*

1. *Temps lié par terre* вперед и назад.

2. *Battements tendus, battements tendus jetés, ronds de jambe par terre*.

Исполняются так же, как в седьмом примере урока.

3. *Battements fondus* на  $45^\circ$ . 8 тактов по  $\frac{4}{4}$ .

По два battements fondus вперед, в сторону, назад и в сторону, на  $\frac{4}{4}$  каждое.

4. *Battements frappés u doubles frappés* в сторону. 16 тактов по  $\frac{2}{4}$ .

Восемь battements frappés на  $45^\circ$ , на  $\frac{2}{4}$  каждое. Четыре doubles frappés на  $45^\circ$ , на  $\frac{2}{4}$  каждое. На последние 4 такта опустить работающую ногу в V позицию и исполнить позу III arabesque.

5. *Petits battements sur le cou-de-pied*. 24 такта по  $\frac{2}{4}$ .

Шестнадцать petits battements на одну четверть каждый. В заключение на 8 тактов исполнить позу I и II arabesque.

6. *Battements développés*. 16 тактов по  $\frac{4}{4}$ .

По два développés вперед, в сторону, назад и в сторону, на 2 такта каждое.

7. *Grands battements jetés*.

Исполняется так же, как в экзерсисе у палки.

*Allegro*

1. *Temps levé* в I, II и V позициях.

Исполняется так же, как в седьмом примере урока.

2. *Pas assemblé*. Музыкальный размер  $\frac{4}{4}$ .

Три assemblés, на  $\frac{4}{4}$  каждое, с правой и левой ноги по очереди. После третьего assemblé на третью четверть вытянуть колени, на четвертую снова сделать demi-plié и на  $\frac{2}{4}$  следующего такта исполнить два assemblés подряд, на  $\frac{1}{4}$  каждое; на третью и четвертую четверти вытянуть колени. Повторить комбинацию еще раз и исполнить в обратном направлении.

3. *Pas écharré*. Музыкальный размер  $\frac{4}{4}$ .

За тактом — demi-plié и прыжок, оканчивающийся на первую четверть во II позицию на demi-plié; между первой и второй четвертью — прыжок, оканчивающийся на вторую четверть в V позицию на demi-plié; на третью четверть вытянуть колени; на четвертую — demi-plié для следующего прыжка и т. д. Движение повторяется от четырех до восьми раз.

4. *Pas jeté*. Музыкальный размер  $\frac{4}{4}$ .

Исполняется лицом к палке, по мере усвоения — на середине зала. На первую четверть — demi-plié; между первой и второй четвертью — прыжок, оканчивающийся на одну ногу на вторую четверть на demi-plié, другая нога согнута sur le cou-de-pied; на третью четверть эта нога ставится в V позицию на demi-plié; на четвертую четверть колени вытягиваются. Движение повторяется от четырех до восьми раз, с продвижением вперед и с продвижением назад.<sup>1</sup>

5. *Changements de pieds*. Музыкальный размер  $\frac{4}{4}$ .

За тактом — demi-plié и прыжок, оканчивающийся на первую четверть на demi-plié. Сразу же с этого demi-plié исполняется второй прыжок, оканчивающийся на вторую четверть; на третью четверть колени вытягиваются; на четвертую четверть — demi-plié для исполнения двух следующих прыжков и т. д. Таким образом, каждый changements de pieds исполняется на одну четверть.

## ВТОРОЙ ПРИМЕР ЭКЗЕРСИСА НА ПАЛЬЦАХ

1. *Relevés в I, II и V позициях*.

Исполняется, как в предыдущих уроках.

2. *Pas écharré*.

Исполняется так же, как в седьмом примере урока.

3. *Assemblé soutenu*. Музыкальный размер  $\frac{4}{4}$ .

На первую четверть — demi-plié с одновременным вытягиванием работающей ноги в сторону, носком в пол; на вторую четверть ноги соединяются в V позиции на пальцах; на третью четверть — demi-plié; на четвертую четверть колени вытягиваются. Движение исполняется от четырех до восьми раз с продвижением вперед и с продвижением назад.

4. *Pas de bourrée suivi в V позиции*.

Исполняется так же, как в седьмом примере урока.

5. *Pas couru в I позиции вперед и назад*. Музыкальный размер  $\frac{2}{4}$ .

Каждый маленький шаг с продвижением вперед или назад исполняется на одну четверть, затем на одну восьмую и в конце учебного года — на одну шестнадцатую.

<sup>1</sup> В первом классе pas jeté исполняется без équilibre.



## ДЕВЯТЫЙ ПРИМЕР УРОКА

### Экзерсис у палки

1. *Grands pliés в I, II, IV и V позициях. Музыкальный размер  $\frac{4}{4}$ .*

По два *grands pliés* во всех позициях, на  $\frac{4}{4}$  каждое.<sup>1</sup>

2. *Battements tendus с V позиции. 8 тактов по  $\frac{4}{4}$ .*

По восемь *battements tendus* вперед, в сторону и назад, на  $\frac{1}{4}$  каждое.<sup>2</sup> Четыре *battements tendus* в сторону, на  $\frac{1}{4}$  каждое, и на  $\frac{4}{4}$  — полуповорот к палке на всей ступне.

3. *Battements tendus jetés с V позиции. 8 тактов по  $\frac{4}{4}$ .*

Шесть *battements tendus jetés* вперед, на  $\frac{1}{4}$  каждое; седьмой *battement* исполнить с окончанием на *demi-plié*, на  $\frac{2}{4}$ . То же самое исполнить в сторону и назад. Четыре *battements tendus jetés* в сторону, на  $\frac{1}{4}$  каждое, и на  $\frac{4}{4}$  — полуповорот от палки на всей ступне.

4. *Ronds de jambe par terre. Музыкальный размер  $\frac{2}{4}$ .*

*En dehors*: на четыре вступительных аккорда исполнить *préparation*, затем восемь *ronds de jambe par terre*, на  $\frac{1}{4}$  каждый. То же самое повторить *en dedans*. На 4 такта исполнить обвод на *plié en dedans* и на 4 такта — обвод на *plié en dehors*, закончить его в V позицию. На следующие 8 тактов исполнить два раза III *port de bras*.

5. *Battements fondus и frappés на 45°. 12 тактов по  $\frac{4}{4}$ .*

По два *battements fondus* вперед, в сторону, назад и в сторону, на  $\frac{4}{4}$  каждое. Три *battements frappés* в сторону, на  $\frac{1}{4}$  каждое; четвертая четверть — пауза. Повторить еще два раза и на последний такт, опустив работающую ногу в V позицию, подняться на полупальцы.<sup>3</sup>

6. *Battements doubles frappés. 8 тактов по  $\frac{2}{4}$ .*

Восемь *doubles frappés* вперед, в сторону, назад, в сторону и т. д. носком в пол, на  $\frac{1}{4}$  каждое, и восемь *doubles frappés* в сторону на 45°, на  $\frac{1}{4}$  каждое.

7. *Ronds de jambe en l'air. 16 тактов по  $\frac{2}{4}$ .*

Восемь *ronds de jambe en l'air en dehors* и восемь *en dedans*, на  $\frac{2}{4}$  каждый.

8. *Petits battements sur le cou-de-pied.*

Исполняются так же, как в восьмом примере урока.

<sup>1</sup> В первом классе в конце учебного года *grand plié* следует исполнять на один медленный такт  $\frac{4}{4}$ .

<sup>2</sup> При исполнении *battements tendus* и *battements tendus jetés* на  $\frac{1}{4}$  отведение работающей ноги исполняется за тактом на  $\frac{1}{8}$ , закрывание ноги в V или I позицию — на четверть.

<sup>3</sup> При исполнении *battements frappés* на  $\frac{1}{4}$  удар *sur le cou-de-pied* делается за тактом на  $\frac{1}{8}$ ; вытягивание работающей ноги — на четверть.

9. *Battements développés u relevés lents* на  $90^\circ$ . 16 тактов по  $\frac{4}{4}$ .

По одному relevé lent вперед, в сторону, назад и в сторону, на 2 такта каждое. По одному développé вперед, в сторону, назад и в сторону, на 2 такта каждое.

10. *Grands battements jetés pointés*. 16 тактов по  $\frac{2}{4}$ .

По четыре grands battements jetés вперед, в сторону, назад и в сторону, на  $\frac{2}{4}$  каждое.

### Экзерсис на середине зала

1. *Grand plié, demi-plié u relevé* на полупальцы в I, II, IV и V позициях. Музыкальный размер  $\frac{4}{4}$ .

В I позиции: два grands pliés, на  $\frac{4}{4}$  каждое; на  $\frac{4}{4}$  — одно demi-plié; на  $\frac{4}{4}$  — relevé на полупальцы. То же самое исполнить во II, IV и V позициях.

2. *Battements tendus u tendus jetés* с V позиции. 16 тактов по  $\frac{2}{4}$ .

По четыре battements tendus вперед, в сторону, назад и в сторону, на  $\frac{1}{4}$  каждое, и по четыре battements tendus jetés вперед, в сторону, назад и в сторону, на  $\frac{1}{4}$  каждое.

3. *Ronds de jambe par terre*.

Исполняются так же, как в экзерсисе у палки.

4. *Battements fondus u frappés* на  $45^\circ$ . 8 тактов по  $\frac{4}{4}$ .

Два battements fondus вперед, два в сторону, на  $\frac{4}{4}$  каждое; восемь battements frappés в сторону, на  $\frac{1}{4}$  каждое; и на 2 такта, опустив работающую ногу в V позицию, с левой ноги исполнить позу croisée вперед. Комбинация повторяется отдельно в обратном порядке и заканчивается позой croisée назад. Battements frappés исполняются doubles.

5. *Ronds de jambe en l'air*. 16 тактов по  $\frac{2}{4}$ .

Четыре ronds de jambe en l'air en dehors и четыре en dedans, на  $\frac{2}{4}$  каждый. В заключение исполнить на 8 тактов позу I и II arabesque.

6. *Petits battements sur le cou-de-pied*. 8 тактов по  $\frac{2}{4}$ .

Шестнадцать petits battements, на  $\frac{1}{4}$  каждый.

7. *Battements développés u relevés lents* на  $90^\circ$ .

Исполняются так же, как в экзерсисе у палки.

8. *Grands battements jetés*. 8 тактов по  $\frac{2}{4}$ .

По два grands battements jetés вперед, в сторону, назад и в сторону, на  $\frac{2}{4}$  каждое.

### Allegro

1. *Temps levé* в I и II позициях. Музыкальный размер  $\frac{4}{4}$ .

За тактом — demi-plié и прыжок, оканчивающийся на первую четверть на demi-plié; сразу второй прыжок, оканчивающийся на вторую четверть; на третью четверть колени вытя-

гиваются; на четвертую четверть — *demi-plié* для повторения следующих двух прыжков и т. д. Исполняется по четыре раза в I и II позициях.

2. *Pas échappé.*

Исполняется так же, как в восьмом примере урока.

3. *Pas assemblé. 8 тактов по  $\frac{4}{4}$ .*

За тактом — *demi-plié* и прыжок, оканчивающийся на первую четверть; сразу второй прыжок, оканчивающийся на вторую четверть; на третью четверть колени вытягиваются; на четвертую четверть — *demi-plié* для повторения следующих двух прыжков. Повторить четыре раза, поочередно ставя вперед правую и левую ногу, и исполнить в обратном направлении.

4. *Pas jeté.*

Исполняется так же, как в восьмом примере урока.

5. *Sissonne simple. Музыкальный размер  $\frac{4}{4}$ .*

Исполняется лицом к палке, по мере усвоения — на середине зала. На первую четверть — *demi-plié*; между первой и второй четвертью — прыжок, заканчивающийся на вторую четверть на *demi-plié* на одну ногу, другая нога — *sur le sou-de-pied* впереди или сзади; на третью четверть нога из положения *sur le sou-de-pied* ставится в V позицию на *demi-plié*; на четвертую четверть колени вытягиваются. Движение повторяется по четыре раза с *sur le sou-de-pied* вперед и назад.

6. *Changements de pieds. 8 тактов по  $\frac{2}{4}$ .*

Шесть *changements de pieds* на  $\frac{1}{4}$  каждый; на  $\frac{1}{4}$  — вытянуть колени, на  $\frac{1}{4}$  — *demi-plié* и повторить прыжки еще раз.

### ТРЕТИЙ ПРИМЕР ЭКЗЕРСИСА НА ПАЛЬЦАХ

1. *Relevé в I и II позициях. 16 тактов по  $\frac{4}{4}$ .*

За тактом — *demi-plié*; на первую четверть подняться на пальцы; на вторую четверть опуститься на *demi-plié*; на третью — подняться на пальцы, на четвертую — *demi-plié* и т. д. Повторить движение восемь раз в I и восемь во II позиции.

2. *Pas échappé. 8 тактов по  $\frac{2}{4}$ .*

За тактом — *demi-plié*; на первую четверть подняться на пальцы во II позицию; на вторую четверть — опуститься в V позицию на *demi-plié*. Повторить *échappé* еще два раза, затем вытянуть колени, опуститься на *demi-plié* и исполнить еще раз три *échappés*, на  $\frac{2}{4}$  каждое.

3. *Assemblé soutenu. Музыкальный размер  $\frac{2}{4}$ .*

На первую четверть — *demi-plié*, одновременно работающая нога вытягивается в сторону, носком в пол; на вторую четверть

ноги соединяются в V позиции на пальцах. Из этого положения исполняется следующее *assemblé soutenu*. Повторить от четырех до восьми раз с продвижением вперед и с продвижением назад.

4. *Pas de bourrée с переменой ног en dehors и en dedans.*  
Музыкальный размер  $\frac{2}{4}$  и  $\frac{3}{4}$ .

Исполняется так же, как в экзерсисе на полупальцах.

5. *Pas de bourrée suivi в V позиции с небольшим продвижением в сторону.*

6. *Pas couru в I позиции вперед и назад в ускоренном темпе.*

# Второй класс

## Первое полугодие

Повторение пройденных упражнений в увеличенном количестве. Развитие силы ног и стопы путем изучения упражнений на полупальцах и пальцах. Развитие координации движений.

Начиная со второго класса руки в экзерсисе у палки и на середине зала открываются на II позицию — *préparation* — на два вступительных аккорда. В подготовительное положение руки опускаются одновременно с окончанием упражнений. В *battements fondus*, *battements soutenus* и *battements développés* руки открываются на II позицию или в заданную позу одновременно с началом упражнений.

### ПЕРВЫЙ ПРИМЕР УРОКА

(Все упражнения у палки и на середине зала исполняются с правой и с левой ноги.)

#### Экзерсис у палки

1. *Demi-plié u grand plié*. Музыкальный размер  $\frac{4}{4}$ .

По два *demi-pliés* и по два *grands pliés* в I, II, IV и V позициях, на  $\frac{4}{4}$  каждое.

2. *Battements tendus u battements tendus jetés*. 32 такта по  $\frac{2}{4}$ .

По восемь *battements tendus* вперед, в сторону, назад и в сторону, на  $\frac{1}{4}$  каждое, и по восемь *battements tendus jetés* в тех же направлениях, на  $\frac{1}{4}$  каждое.

3. *Ronds de jambe par terre u ronds de jambe en l'air*. 12 тактов по  $\frac{4}{4}$ .

На два вступительных аккорда — *préparation en dehors*. Восемь *ronds de jambe par terre* и восемь *ronds de jambe en l'air en dehors*, на  $\frac{1}{4}$  каждый. Повторить все *en dedans*. На 2 такта — обвод на *plié en dedans* — *en dehors*, и на 2 такта — III *port de bras* с растяжкой на *plié* и перегибом корпуса.

4 *Battements fondus, battements frappés u doubles frappés* на  $45^\circ$ .<sup>1</sup> 16 тактов по  $\frac{2}{4}$ .

По два *battements fondus* вперед, в сторону, назад и в сторону, на  $\frac{2}{4}$  каждое; семь *battements frappés* в сторону, на  $\frac{1}{4}$  каждое, последняя четверть — пауза; семь *doubles frappés* в сторону, на  $\frac{1}{4}$  каждое, последняя четверть — пауза.

5. *Petits battements sur le cou-de-pied*. 16 тактов по  $\frac{2}{4}$ .

Восемь *petits battements* с остановкой вперед, восемь — с остановкой назад, на  $\frac{1}{4}$  каждый. Повторить еще раз.

6. *Battements relevés lents* на  $90^\circ$ . 16 тактов по  $\frac{4}{4}$ .

Два *relevés lents* в позу *effacée* вперед, два в сторону, два в позу *effacée* назад, два в сторону, на 2 такта каждое.

7. *Grands battements jetés*. 8 тактов по  $\frac{2}{4}$ .

По четыре — вперед, в сторону, назад и в сторону, на  $\frac{1}{4}$  каждое.

8. *Изучение маленьких поз croisée, effacée и écartée вперед и назад носком в пол, на вытянутой опорной ноге и на plié.*

### Экзерсис на середине зала

1. *Demi-pliés u grands pliés.*

Исполняются так же, как в экзерсисе у палки.

2. *Battements tendus u battements tendus jetés*. 16 тактов по  $\frac{2}{4}$ .

Восемь *battements tendus* в маленькой позе *croisée* вперед с правой ноги; восемь в маленькой позе *croisée* назад с левой ноги; восемь в сторону с правой ноги, на  $\frac{1}{4}$  каждое, и восемь *battements tendus jetés* в сторону, на  $\frac{1}{4}$  каждое.

3. *Ronds de jambe par terre*. 8 тактов по  $\frac{4}{4}$ .

На два вступительных аккорда — *préparation en dehors*. Восемь *ronds de jambe par terre en dehors* и восемь *en dedans*, на  $\frac{1}{4}$  каждый. Обвод на *plié* и *port de bras* исполнить так же, как в экзерсисе у палки.

4. *Battements fondus u battements frappés* на  $45^\circ$ . 16 тактов по  $\frac{2}{4}$ .

По два *battements fondus* вперед, в сторону, назад и в сторону, на  $\frac{2}{4}$  каждое. Восемь *frappés* в сторону, на  $\frac{1}{4}$  каждое, и на 4 такта — маленькая поза *croisée* вперед носком в пол на *plié*.

5. *Battements doubles frappés*. 8 тактов по  $\frac{2}{4}$ .

Двенадцать *doubles frappés* носком в пол, на  $\frac{1}{4}$  каждое; вперед, в сторону, назад и маленькая поза *croisée* назад носком в пол на *plié*.

6. *Battements relevés lents u développés* на  $90^\circ$ . 16 тактов по  $\frac{4}{4}$ .

---

<sup>1</sup> Во втором классе *battements fondus* начинаются непосредственно с V позиции.

Два *relevés lents* в позе *effacée* вперед с правой ноги; два — в позе *effacée* назад с левой ноги, на 2 такта каждое. Четыре *battements développés* в сторону, с правой ноги, на 2 такта каждое.

Во втором классе *battement développé* распределяется на музыкальные доли следующим образом. Первый такт: на первую четверть работающая нога подтягивается носком до колена; на вторую четверть вытягивается в заданном направлении; третью и четвертую четверти положение сохраняется. Второй такт: на первую и вторую четверти положение сохраняется, на третью и четвертую четверти нога опускается в исходную позицию.

### 7. *Grands battements jetés.*

Исполняются так же, как в экзерсисе у палки.<sup>1</sup>

## *Allegro*

### 1. *Pas assemblé. 8 тактов по 1/4.*

Два *assemblés* в сторону, с переменной ног вперед, на  $\frac{2}{4}$  каждое (вторая четверть — остановка на *plié*); два *assemblés*, на  $\frac{1}{4}$  каждое; на  $\frac{1}{4}$  выгнуть колени; на  $\frac{1}{4}$  — *demi-plié*. Повторить еще раз в обратном направлении.

### 2. *Petits échappés во II и IV позиции. 8 тактов по 2/4.*

На  $\frac{2}{4}$  — *échappé* в IV позицию *croisée*, на  $\frac{2}{4}$  — *échappé* во II позицию с переменной ног. Повторить четыре раза.

### 3. *Pas jeté. 16 тактов по 1/4.*

За тактом — *demi-plié* и прыжок с выбрасыванием ноги в сторону, оканчивающийся на одну ногу, другая *sur le cou-de-pied*; на первую четверть опуститься на *demi-plié*; на вторую четверть нога из положения *sur le cou-de-pied* ставится на *demi-plié* в V позицию; на третью четверть колени вытягиваются; на четвертую четверть — *demi-plié* для следующего прыжка.

Движение выполняется восемь раз с *sur le cou-de-pied* сзади и восемь раз с *sur le cou-de-pied* впереди, с правой и левой ноги по очереди.

### 4. *Temps levé в I и II позициях. 4 такта по 1/4.*

Восемь *temps levé* в I позиции и восемь во II позиции, на  $\frac{1}{4}$  каждое.<sup>2</sup>

<sup>1</sup> Во втором классе в экзерсисе на середине зала иногда допустимы пропуски таких упражнений, как *petits battements sur le cou-de-pied*, *ronds de jambe en l'air* и *grands battements jetés*. Пропускаться может только одно из этих упражнений, но оно обязательно включается в экзерсис следующего урока.

<sup>2</sup> Все уроки рекомендуется заканчивать *port de bras* в I позиции с перегибом корпуса или IV и V *port de bras*

## ПЕРВЫЙ ПРИМЕР ЭКЗЕРСИСА НА ПАЛЬЦАХ<sup>1</sup>

1. *Relevé* в I, II и IV позициях. Музыкальный размер  $\frac{2}{4}$ .

По шестнадцать relevés в I и II позициях. По восемь relevés в IV позиции croisée (с правой и с левой ноги), на  $\frac{2}{4}$  каждое.

2. *Pas écharré* во II и IV позициях. 16 тактов по  $\frac{2}{4}$ .

Три écharrés в IV позицию croisée, одно во II позицию с переменной ног, на  $\frac{2}{4}$  каждое. Повторить четыре раза.

3. *Double écharré*. 8 тактов по  $\frac{4}{4}$ .

Восемь doubles écharrés (с опусканием пяток во II позицию), на  $\frac{4}{4}$  каждое.

4. *Assemblé soutenu* с окончанием в маленькие позы croisée. 16 тактов по  $\frac{2}{4}$ .

Восемь вперед и восемь назад, на  $\frac{2}{4}$  каждое.

5. *Pas de bourrée suivi* с продвижением по диагонали. 16 тактов по  $\frac{2}{4}$ .

Исполняется на восьмые доли.

6. *Pas couru* по диагонали вперед и назад. Музыкальный размер  $\frac{2}{4}$ .

Исполняется на шестнадцатые доли.

## ВТОРОЙ ПРИМЕР УРОКА

### Экзерсис у палки

1. *Grands pliés*. Музыкальный размер  $\frac{4}{4}$ .

По два grands pliés и по два demi-pliés с relevé на полупальцы, на всех позициях, на  $\frac{4}{4}$  каждое.

2. *Battements tendus* и *battements tendus jetés*. 16 тактов по  $\frac{4}{4}$ .

Восемь battements tendus в большой позе effacée вперед, восемь в большой позе écartée назад, восемь в большой позе effacée назад и восемь в большой позе écartée вперед, на  $\frac{1}{4}$  каждое. Battements tendus jetés — по восемь вперед, в сторону, назад и четыре в сторону, на  $\frac{1}{4}$  каждое, и на  $\frac{4}{4}$  — полуповорот в V позиции на полупальцах к палке.

3. *Ronds de jambe par terre*. 12 тактов по  $\frac{4}{4}$ .

На два вступительных аккорда — *préparation en dehors*. Восемь ronds de jambe par terre, на  $\frac{1}{4}$  каждый, на восьмом остановка (нога впереди, носком в пол). На 2 такта — relevé вперед на  $45^\circ$  и demi-rond de jambe en dehors, закончить его в сторону носком в пол. Из этого положения исполнить ronds de jambe par terre en dedans и relevé назад на  $45^\circ$  с demi-rond

<sup>1</sup> Во втором классе, так же как и в старших классах, упражнения на пальцах рекомендуется делать два раза в неделю вместо allegro.



de jambe en dedans. 4 такта — обвод на plié и port de bras. Исполнить так же, как в первом примере урока.

4. *Battements fondus* на  $45^\circ$ . 16 тактов по  $\frac{2}{4}$ .

На  $\frac{2}{4}$  — fondu вперед, на  $\frac{2}{4}$  — plié-relevé. Повторить еще раз и исполнить то же самое в сторону, назад и в сторону. В заключение исполнить на 2 такта полуповорот в V позиции на полупальцах от палки.

5. *Battements frappés* на  $45^\circ$  с подъемом на полупальцы. 16 тактов по  $\frac{2}{4}$ .

Исходное положение — работающая нога открыта в сторону на  $45^\circ$ . Шесть battements frappés, на  $\frac{1}{4}$  каждое; на  $\frac{2}{4}$  подняться на полупальцы. Шесть battements frappés, на  $\frac{1}{4}$  каждое, на полупальцах; на  $\frac{2}{4}$  опуститься на всю ступню. Упражнение повторяется.

6. *Battements doubles frappés* на  $45^\circ$  с подъемом на полупальцы.

Исполняются так же, как простые frappés.

7. *Ronds de jambe en l'air*. Музыкальный размер  $\frac{4}{4}$ .

На четыре вступительных аккорда — préparation temps relevé en dehors на  $45^\circ$ , на всей ступне. Восемь ronds de jambe en l'air, на  $\frac{1}{4}$  каждый, и на 2 такта — маленькая поза écartée назад носком и пол на plié. Повторить все en dedans.

8. *Petits battements sur le cou-de-pied*. 8 тактов по  $\frac{4}{4}$ .

Восемь petits battements, на  $\frac{1}{4}$  каждый, и на 2 такта — маленькая поза effacée вперед носком в пол на plié. Повторить petits battements и исполнить маленькую позу effacée назад на plié.

9. *Battements développés*. 16 тактов по  $\frac{4}{4}$ .

Два développés в большой позе effacée вперед, два в сторону, два в большой позе effacée назад и два в сторону, на 2 такта каждое.

10. *Grands battements jetés pointés*. 8 тактов по  $\frac{2}{4}$ .

Три grands battements jetés pointés и один в V позицию вперед, в сторону, назад и в сторону, на  $\frac{1}{4}$  каждый.

11. *Tombé и soupiré* на полупальцы. Музыкальный размер  $\frac{4}{4}$ .

Préparation — правая нога открыта в сторону на  $45^\circ$ . На первую четверть — tombé на правую ногу на demi-plié к V позиции, левая поднимается sur le cou-de-pied сзади или впереди; на вторую четверть встать на полупальцы на левую ногу (soupiré), одновременно открыть правую в сторону на  $45^\circ$ ; на третью и четвертую четверти положение сохраняется.

### Экзерсис на середине зала

1. *Grand plié и demi-plié с relevé* на полупальцы.

Исполняется так же, как в экзерсисе у палки.

2. *Battements tendus и battements tendus jetés*. 16 тактов по  $\frac{2}{4}$ .

Четыре battements tendus в маленькой позе effacée вперед, четыре в сторону, четыре в маленькой позе effacés назад и четыре в сторону, на  $\frac{1}{4}$  каждое. Точно так же исполнить tendus jetés.

3. *Battements fondus на 45° и port de bras. 16 тактов по  $\frac{2}{4}$ .*

На  $\frac{2}{4}$  — fondu вперед, на  $\frac{2}{4}$  — plié-relevé. То же самое повторить в сторону, назад и в сторону. В заключение сделать на 2 такта шаг вперед на полупальцы в V позицию, подняв руки в III позицию. Повторить шаг еще раз, опуститься на обе ступни и на 2 такта исполнить III port de bras.

4. *Ronds de jambe en l'air. 4 такта по  $\frac{4}{4}$ .*

Восемь ronds de jambe en l'air en dehors, на  $\frac{1}{4}$  каждый, и на 2 такта маленькая поза effacée вперед носком в пол на plié. Отдельно исполнить en dedans и маленькую позу effacée назад.

5. *Petits battements sur le cou-de-pied. 16 тактов по  $\frac{2}{4}$ .*

Четырнадцать petits battements, на  $\frac{1}{4}$  каждый; на  $\frac{2}{4}$  опуститься на работающую правую ногу на plié в épaulement croisé, подняв левую sur le cou-de-pied сзади, и исполнить восемь pas de bourrée с переменной ног en dehors, на  $\frac{2}{4}$  каждое. Повторить petits battements с другой ноги, затем исполнить еще раз с правой ноги, закончить pas de bourrée en dedans.

6. *Pas de bourrée без перемены ног из стороны в сторону.<sup>1</sup>*

Изучается на  $\frac{4}{4}$ , затем на  $\frac{3}{4}$  и  $\frac{2}{4}$  каждое.

7. *Battements développés.*

Исполняется так же, как в экзерсисе у палки.

8. *Temps lié с перегибом корпуса.*

Исполняется на 4 такта по  $\frac{4}{4}$  каждое, **четыре раза вперед** и четыре назад.

## *Allegro*

1. *Pas assemblé. 8 тактов по  $\frac{4}{4}$ .*

Два assemblés в сторону с переменной ног вперед, на  $\frac{1}{4}$  каждое; на  $\frac{1}{4}$  вытянуть колени; на  $\frac{1}{4}$  — demi-plié для следующего прыжка. Повторить четыре раза и исполнить в обратном направлении.

2. *Pas assemblé вперед и назад.*

Изучается так же, как assemblé в сторону.

3. *Petit écharré во II и IV позициях. 8 тактов по  $\frac{4}{4}$ .*

На  $\frac{2}{4}$  — écharré с переменной ног в IV позицию effacé; два écharrés с переменной ног во II позицию, на  $\frac{2}{4}$  каждое. На следующие  $\frac{2}{4}$  вытянуть колени и сделать demi-plié для следующих écharrés с другой ноги. Повторить четыре раза.

4. *Pas jeté с окончанием в маленькие позы croisée. 16 тактов по  $\frac{2}{4}$ .*

<sup>1</sup> Исполнение каждого pas de bourrée заканчивается носком в пол; к концу первого полугодия — на 45°.

Первый такт: за тактом — demi-plié и прыжок, оканчивающийся на первую четверть в маленькую позу croisée (sur le sou-de-pied сзади); на вторую четверть положение сохраняется. Второй такт: jeté повторяется с другой ноги. Третий такт: нога из положения sur le sou-de-pied ставится в V позицию на demi-plié. Четвертый такт: колени вытягиваются. Повторить четыре раза и исполнить в обратном направлении.

5. *Petits changements de pieds*. 8 тактов по  $\frac{1}{4}$ .

На первую и вторую четверти — два changements de pieds; на третью четверть вытянуть колени; на четвертую — demi-plié для следующих прыжков. Повторить восемь раз.

6. *Temps levé* в I и II позициях. 4 такта по  $\frac{1}{4}$ .

Восемь temps levé в I и восемь во II позиции, на  $\frac{1}{4}$  каждое.

## ВТОРОЙ ПРИМЕР

### ЭКЗЕРСИСА НА ПАЛЬЦАХ

1. *Relevé* в I, II и IV позициях. Музыкальный размер  $\frac{2}{4}$ .

По восемь relevés в I и II позиции. По восемь relevés в IV позиции effacée (с правой и с левой ноги), на  $\frac{2}{4}$  каждое.

2. *Relevé et échappé*. 16 тактов по  $\frac{2}{4}$ .

Три relevés в V позиции, на  $\frac{2}{4}$  каждое; на  $\frac{2}{4}$  — échappé во II позицию с переменной ног. Повторить четыре раза.

3. *Echappé* во II и IV позиции. 16 тактов по  $\frac{2}{4}$ .

Одно échappé в IV позицию croisée, одно в IV позицию effacée и два échappés во II позицию с переменной ног, на  $\frac{2}{4}$  каждое. Повторить четыре раза.

4. *Pas de bourrée* с переменной ног en dehors и en dedans с окончанием в маленькую позу croisée.

Исполняется на  $\frac{3}{4}$  и  $\frac{2}{4}$  каждое.

5. *Pas de bourrée* без перемены ног из стороны в сторону с окончанием носком в пол.

Исполняется на  $\frac{3}{4}$  и  $\frac{2}{4}$  каждое.

6. *Glissade* в сторону. Музыкальный размер  $\frac{4}{4}$ .

V позиция, правая нога впереди. На первую четверть — demi-plié, одновременно правая нога вытягивается в сторону носком в пол. На вторую четверть — переход на пальцы на правую ногу, одновременно левая подтягивается в V позицию. На третью четверть — demi-plié, на четвертую четверть — колени вытягиваются.<sup>1</sup> Исполняется с переменной и без перемены ног.

7. *Pas de bourrée suivi* и *pas couru* с продвижением по диагонали.

Исполняется так же, как в первом примере урока.

<sup>1</sup> По мере усвоения glissade разучивается также вперед и назад.

## ТРЕТИЙ ПРИМЕР УРОКА

### Экзерсис у палки

1. *Grand plié* и *relevé* на полупальцы. Музыкальный размер  $\frac{4}{4}$ .

По два *grands pliés* и по два *relevés* на полупальцы в I, II, IV и V позициях, на  $\frac{4}{4}$  каждое.

2. *Battements tendus*. 8 тактов по  $\frac{4}{4}$ .

Четыре *battements tendus* вперед, на  $\frac{1}{4}$  каждое; два *battements tendus doubles* в сторону, на  $\frac{2}{4}$  каждое. Исполнить в обратном направлении и повторить еще раз.

3. *Battements tendus jetés*. 16 тактов по  $\frac{2}{4}$ .

Два *battements tendus jetés* вперед, на  $\frac{1}{4}$  каждое, три — на  $\frac{1}{8}$  каждое (четвертая восьмая — пауза). Повторить еще раз и исполнить то же самое в сторону, назад и в сторону.

4. *Ronds de jambe par terre*. 12 тактов по  $\frac{4}{4}$ .

На два вступительных аккорда — *préparation en dehors*. Восемь *ronds de jambe par terre*, на  $\frac{1}{4}$  каждый. На 2 такта — *relevé lent* вперед на  $90^\circ$ . Повторить *ronds de jambe par terre en dedans* и *relevé lent* на  $90^\circ$  назад. 2 такта — обвод на *plié en dedans* — *en dehors*; 2 такта — *port de bras* с растяжкой на *plié* и перегибом корпуса.

5. *Battements fondus* на  $45^\circ$  и *battements frappés* на  $45^\circ$  с подъемом на полупальцы. 16 тактов по  $\frac{2}{4}$ .

По одному *battement fondu* вперед, в сторону, назад и в сторону, на  $\frac{2}{4}$  каждое, на всей ступне. Повторить с подъемом на полупальцы. Оставаясь на полупальцах, исполнить восемь *frappés* в сторону, на  $\frac{1}{4}$  каждое, и на 4 такта — маленькую позу *effacée* вперед носком в пол на *plié*.

6. *Ronds de jambe en l'air* с подъемом на полупальцы. 16 тактов по  $\frac{2}{4}$ .

На два вступительных аккорда — *préparation temps relevé en dehors* на  $45^\circ$  на всей ступне. Шесть *ronds de jambe en l'air*, на  $\frac{1}{4}$  каждый; на  $\frac{2}{4}$  подняться на полупальцы. Шесть *ronds de jambe en l'air* на полупальцах, на  $\frac{1}{4}$  каждый; на  $\frac{2}{4}$  опуститься на всю ступню. Повторить все *en dedans*.

7. *Petits battements sur le cou-de-pied* с подъемом на полупальцы. 16 тактов по  $\frac{2}{4}$ .

Двенадцать *petits battements*, на  $\frac{1}{4}$  каждый, на 2 такта подняться на полупальцы; восемь *petits battements* на полупальцах и на 4 такта — маленькая поза *effacée* назад носком в пол на *plié*.

8. *Battements développés passé*. 16 тактов по  $\frac{4}{4}$ .

Первый такт: *développé* вперед. Второй такт: *passé* на  $90^\circ$ . Третий такт: *développé* вперед. Четвертый такт: опустить работающую ногу в V позицию. То же самое исполнить в сторону, назад и в сторону.

9. *Attitude effacée, attitude croisée u II arabesque.* Музыкальный размер  $\frac{4}{4}$ .

Позы attitudes и arabesques изучаются вначале посредством relevés на  $90^\circ$ ; несколько позднее — développés, на 2 такта каждая поза.

10. *Grands battements jetés.* 8 тактов по  $\frac{2}{4}$ .

По два grands battement jetés вперед, в сторону, назад и в сторону, на  $\frac{1}{4}$  каждый. Повторить еще раз.

### Экзерсис на середине зала

1. *Temps lié с перегибом корпуса.* 32 такта по  $\frac{4}{4}$ .

Четыре раза вперед, четыре назад, на 4 такта каждое.

2. *Battements tendus u battements tendus jetés.* 16 тактов по  $\frac{2}{4}$ .

Четыре battements tendus и четыре battements tendus jetés с правой ноги в большой позе croisée вперед, на  $\frac{1}{4}$  каждое. Четыре battements tendus и четыре battements tendus jetés, с левой ноги в большой позе croisée назад, на  $\frac{1}{4}$  каждое. Восемь battements tendus и восемь battements tendus jetés в сторону с правой ноги, на  $\frac{1}{4}$  каждое.

3. *Ronds de jambe par terre u ronds de jambe en l'air.* 12 тактов по  $\frac{4}{4}$ .

На два вступительных аккорда — préparation en dehors. Восемь ronds de jambe par terre, восемь ronds de jambe en l'air en dehors, на  $\frac{1}{4}$  каждый; восемь ronds de jambe par terre и восемь ronds de jambe en l'air en dedans, на  $\frac{1}{4}$  каждый. 2 такта — обвод на plié en dedans — en dehors; 2 такта — port de bras с растяжкой на plié и перегибом корпуса в épaulement croisé.

4. *Battements fondus u battements frappés на  $45^\circ$ .* 8 тактов по  $\frac{4}{4}$ .

На  $\frac{2}{4}$  — battement fondu вперед, на  $\frac{2}{4}$  — plié relevé; то же самое исполнить в сторону, назад и в сторону. Восемь frappés в сторону, на  $\frac{1}{4}$  каждое, четыре doubles frappés, на  $\frac{1}{4}$  каждое; на  $\frac{4}{4}$  опустить работающую ногу назад в V позицию на plié и сделать поворот на полупальцах в V позиции, подняв в заключение руки в III позицию.

5. *Petits battements sur le cou-de-pied.* 16 тактов по  $\frac{2}{4}$ .

Четырнадцать petits battements, на  $\frac{1}{4}$  каждый; на  $\frac{2}{4}$  — tombé в V позицию на работающую правую ногу, левую одновременно открыть в сторону носком в пол (dégagé) и исполнить восемь pas de bourrés без перемены ног из стороны в сторону, на  $\frac{2}{4}$  каждое.

6. *Grands battements jetés pointés.* 8 тактов по  $\frac{2}{4}$ .

Три grands battements jetés pointés и один в V позицию — вперед, в сторону, назад и в сторону, на  $\frac{1}{4}$  каждый.

7. *Relevé на  $90^\circ$  в I, II и III arabesque.* 24 такта по  $\frac{4}{4}$ .

По два *relevés* в позе каждого *arabesque*, на 4 такта каждое. Первый такт: *relevé* на 90°. Второй такт: остановка в позе. Третий такт: медленное опускание ноги. Четвертый такт: остановка в I или V позиции.

8. *V port de bras*. Музыкальный размер  $\frac{1}{4}$  или  $\frac{3}{4}$  (вальс).

Изучается на 2 такта,  $\frac{1}{4}$  каждое, или на 8 тактов вальса.

9. *Pas de bourrée ballotté na effacée u croisée* носком в пол. Изучается на  $\frac{1}{4}$  и  $\frac{2}{4}$ .

### *Allegro*

1. *Pas assemblé*. 4 такта по  $\frac{2}{4}$ .

Восемь *assemblés* в сторону с переменной ног вперед, и отдельно восемь *assemblés* с переменной ног назад, на  $\frac{1}{4}$  каждое.

2. *Double assemblé*. 8 тактов по  $\frac{1}{4}$ .

На первую и вторую четверти — *double assemblé*; на третью четверть вытянуть колени; на четвертую — *demi-plié* для повторения следующего *double assemblé*. Повторить четыре раза и исполнить в обратном направлении.

3. *Pas jeté*. 16 тактов по  $\frac{2}{4}$ .

Два *jetés* с остановкой *sur le cou-de-pied* сзади, на  $\frac{1}{4}$  каждое; на следующие  $\frac{2}{4}$  из положения *sur le cou-de-pied* поставить ногу в V позицию на *demi-plié*, вытянуть колени и снова сделать *demi-plié* для следующих *jetés*. Повторить четыре раза и исполнить в обратном направлении.

4. *Sissonne ouverte* в сторону, носком в пол. Музыкальный размер  $\frac{1}{4}$ .

а) На первую четверть — *demi-plié*; между первой и второй четвертью — прыжок, оканчивающийся на вторую четверть на *demi-plié*; на третью и четвертую четверти — нога, открытая в сторону носком в пол, закрывается в V позицию, колени вытягиваются.

б) На первую четверть — *demi-plié*; между первой и второй четвертью — прыжок, оканчивающийся на вторую четверть на *demi-plié*; между второй и третьей четвертью — *assemblé*, оканчивающееся на третью четверть; на четвертую четверть колени вытягиваются.<sup>1</sup> Повторить четыре раза с открыванием ноги через *sur le cou-de-pied* впереди и четыре — с открыванием через *sur le cou-de-pied* сзади.

5. *Grands changements de pieds*. Музыкальный размер  $\frac{1}{4}$ .

На первую четверть *demi-plié*; между первой и второй четвертью — прыжок, оканчивающийся на вторую четверть; на третью и четвертую четверти колени вытягиваются.<sup>2</sup> Движение повторяется от четырех до восьми раз.

<sup>1</sup> Через два-три урока *sissonne ouverte* также разучивается вперед и назад.

<sup>2</sup> Вначале изучается *en face*, затем с *épaulement*.

6. *Temps levé* в I и II позициях. 4 такта по  $\frac{4}{4}$ .

Восемь *temps levé* в I и восемь во II позиции, на  $\frac{1}{4}$  каждое. Начиная с этого урока *temps levé* рекомендуется исполнять с большим прыжком.

7. *Petits changements de pieds*. 8 тактов по  $\frac{2}{4}$ .

Шесть *changements de pieds*, на  $\frac{1}{4}$  каждый; на  $\frac{2}{4}$  вытянуть колени, сделать *demi-plié* и повторить прыжки еще раз.

8. *Сценическая форма sissonnes* в позах I и II *arabesques*. Музыкальный размер  $\frac{3}{4}$  (вальс).

Исполняется по диагонали из точки 6 в точку 2 и из точки 4 в точку 8.

### ТРЕТИЙ ПРИМЕР ЭКЗЕРСИСА НА ПАЛЬЦАХ

1. *Relevé* в I, II и IV позициях.

Исполняется так же, как во втором примере урока.

2. *Pas écharré*. 16 тактов по  $\frac{2}{4}$ .

Четыре *écharrés* во II позицию с переменной ног, на  $\frac{2}{4}$  каждое; два *doubles écharrés*, на 2 такта каждое. Повторить еще раз.

3. *Sus-sous* вперед и назад. Музыкальный размер  $\frac{4}{4}$ .

На первую четверть — *demi-plié*; на вторую четверть — с продвижением вперед вскочить на пальцы в V позицию; на третью четверть опуститься на *demi-plié*; на четвертую четверть вытянуть колени. Движение повторяется восемь раз вперед и восемь назад, в маленьких позах *croisée*.<sup>1</sup>

4. *Glissade* во всех направлениях и в маленьких позах *croisée* и *effacée* вперед и назад. Музыкальный размер  $\frac{4}{4}$  и  $\frac{2}{4}$ .

а) На первую четверть — *demi-plié* в V позиции; на вторую четверть — *glissade* в заданном направлении; на третью четверть опуститься на *demi-plié*; на четвертую четверть вытянуть колени.

б) За тактом — *demi-plié*, на первую четверть — *glissade*, на вторую четверть — *demi-plié* и т. д.

5. Повороты в V позиции на одном месте (*pas de bourrée suivi en tournant*).

6. *Pas de bourrée suivi* и *pas couru* с продвижением по прямой линии и по диагонали.

### ЧЕТВЕРТЫЙ ПРИМЕР УРОКА

Начиная с этого урока *battements fondus*, *frappés*, *doubles frappés*, *ronds de jambe en l'air* и *petits battements sur le cou-de-pied* исполняются у палки только на полупальцах. Исходное

<sup>1</sup> К концу первого полугодия — *sus-sous* исполняются на  $\frac{2}{4}$ ; *demi-plié* за тактом, на первую четверть — V позиция на пальцах, на вторую четверть — *demi-plié* и т. д.

положение для *battements frappés* и *doubles frappés*, исполняемых на полупальцах,— работающая нога открывается в сторону на  $45^\circ$ , опорная нога одновременно поднимается на полупальцы.

### Экзерсис у палки

1. *Grand plié* и *relevé* на полупальцы. Музыкальный размер  $\frac{4}{4}$ .

Одно *grand plié*, одно *relevé* на полупальцы, на  $\frac{4}{4}$  каждое, по два раза на всех позициях.

2. *Battements tendus* и *battements tendus jetés*. 24 такта по  $\frac{4}{4}$ .

Шесть *battements tendus* вперед, на  $\frac{1}{4}$  каждое, на шестом — *demi-plié*, и на  $\frac{2}{4}$  — полуоборот на полупальцах в V позиции к палке с окончанием на *demi-plié*. Шесть *battements tendus* назад, на  $\frac{1}{4}$  каждое, на шестом — *demi-plié*, и на  $\frac{2}{4}$  — полуоборот на полупальцах в V позиции к палке с окончанием на *demi-plié*.

Восемь *battements tendus doublés* в сторону, на  $\frac{2}{4}$  каждое. Повторить все в обратном направлении с поворотами от палки и исполнить *tendus jetés*: четыре на  $\frac{1}{4}$  каждое, три и три — на  $\frac{1}{8}$  каждое (четвертая восьмая — пауза) — вперед, в сторону, назад и в сторону.

3. *Ronds de jambe par terre*. 12 тактов по  $\frac{4}{4}$ .

На два вступительных аккорда — *préparation en dehors*. Шесть *ronds de jambe par terre*, на  $\frac{1}{4}$  каждый, и на  $\frac{2}{4}$  — *préparation en dehors*. Повторить это еще раз. То же исполнить *en dedans*, закончить последний *rond de jambe* в V позицию вперед и на 4 такта сделать два раза *III port de bras*.

4. *Battements fondus* и *battements frappés* на  $45^\circ$ . 32 такта по  $\frac{2}{4}$ .

Три *battements fondus* вперед, на  $\frac{2}{4}$  каждый; на  $\frac{2}{4}$  — *plié-relevé* с *demi-rond en dehors*. Два *fondus* в сторону, на  $\frac{2}{4}$  каждое, и на 2 такта — *tombé-courbé*. То же самое повторить обратно и исполнить *frappés* по четыре — вперед, в сторону, назад и в сторону, на  $\frac{1}{4}$  каждое. 8 тактов: полуоборот к палке в V позиции на полупальцах, закончить его в *épaulement effacé*, руку поднять в III позицию. Далее опустить руку в подготовительное положение и сделать маленькую позу *effacée* вперед, носком в пол на *plié*.

5. *Ronds de jambe en l'air*. 8 тактов по  $\frac{4}{4}$ .

На два вступительных аккорда — *préparation temps relevé en dehors* на полупальцах. Восемь *ronds de jambe en l'air*, на  $\frac{1}{4}$  каждый; на  $\frac{2}{4}$  провести работающую ногу вперед на  $45^\circ$ , на  $\frac{2}{4}$  в сторону, на  $\frac{2}{4}$  назад и на  $\frac{2}{4}$  в сторону. То же исполнить *en dedans*.

6. *Petits battements sur le cou-de-pied*. 16 тактов по  $\frac{2}{4}$ .



Восемь petits battements с остановкой и акцентом вперед, восемь с остановкой и акцентом назад, на  $\frac{1}{4}$  каждый. На 4 такта — поза II arabesque носком в пол на plié; на 4 такта — relevé на  $90^\circ$  в позе II arabesque.

7. *Battements développés. 16 тактов по  $\frac{1}{4}$ .*

Первый такт: développé вперед. Второй такт: demi-rond de jambe en dehors в сторону. Третий такт: passé на  $90^\circ$  и поза attitude effacée. Четвертый такт: две четверти положение сохраняется, две четверти — работающая нога опускается в V позицию. То же самое исполнить обратно: développé назад, demi-rond de jambe en dedans в сторону, passé на  $90^\circ$  и поза effacée вперед. Повторить всю комбинацию еще раз.

8. *Grands battements jetés. 8 тактов по  $\frac{1}{4}$ .*

Восемь grands battements в позе effacée вперед, восемь в сторону, восемь в позе effacée назад и восемь в сторону, на  $\frac{1}{4}$  каждый.

### *Экзерсис на середине зала*

1. *Grands pliés u relevés lents на  $90^\circ$ . 20 тактов по  $\frac{1}{4}$ .*

Два grands pliés в I позиции, на  $\frac{1}{4}$  каждое; на 2 такта — relevé lent на  $90^\circ$  вперед. Повторить два grands pliés в I позиции и relevé lent на  $90^\circ$  исполнить назад. Два grands pliés во II позиции и два relevés на полупальцы, на  $\frac{1}{4}$  каждое. Два grands pliés в IV позиции croisée и два relevés на полупальцы, на  $\frac{1}{4}$  каждое. Два grands pliés в V позиции, на  $\frac{1}{4}$  каждое и на 2 такта — relevé lent на  $90^\circ$  в сторону.

2. *Battements tendus u battements tendus jetés. 16 тактов по  $\frac{2}{4}$ .*

Четыре battements tendus и четыре battements tendus jetés в большой позе effacée вперед, на  $\frac{1}{4}$  каждое. То же самое исполнить в позе écartée назад, в позе effacée назад и в позе écartée вперед.

3. *Battements fondus u battements frappés на  $45^\circ$ . 16 тактов по  $\frac{2}{4}$ .*

Два battements fondus в маленькой позе croisée вперед, два в сторону, два в маленькой позе croisée назад и два в сторону, на  $\frac{2}{4}$  каждое. Frappés: по два — вперед, в сторону, назад и в сторону, на  $\frac{1}{4}$  каждое; четыре doubles frappés в сторону, на  $\frac{1}{4}$  каждое, и на 2 такта поставить работающую ногу в V позицию назад на demi-plié и исполнить relevé на полупальцы в épaulement croisé, левую руку поднять на III позицию, правую в I.

4. *Ronds de jambe en l'air. 8 тактов по  $\frac{2}{4}$ .*

На два вступительных аккорда — préparation temps relevé en dehors. Восемь ronds de jambe en l'air, на  $\frac{1}{4}$  каждый, и на 4 такта — développé в attitude croisée. Отдельно исполнить ronds de jambe en dedans, développé сделать в attitude effacée.

5. *Petits battements sur le cou-de-pied. 16 тактов по 2/4.*

Пятнадцать petits battements, на  $\frac{1}{4}$  каждый; на  $\frac{1}{4}$  — tombé на работающую ногу в V позицию на demi-plié, другую ногу согнуть sur le cou-de-pied сзади и на 8 тактов исполнить четыре pas de bourrée ballotté на effacée носком в пол.

6. *Grands battements jetés. 4 такта по 4/4.*

Четыре grands battements jetés в позе effacée вперед, четыре в сторону, четыре в позе effacée назад, четыре в сторону, на  $\frac{1}{4}$  каждое.

7. *Battements développés. 8 тактов по 4/4.*

На 2 такта — développé croisée вперед; на 2 такта — développé effacée вперед; на 2 такта — développé в сторону и на 2 такта — développé в III arabesque.

8. *IV port de bras. Музыкальный размер 4/4 или 3/4 (вальс).*

Изучается на 2 такта по  $\frac{1}{4}$  каждое или на 8 тактов вальса.

### *Allegro*

1. *Pas assemblé u double assemblé. 8 тактов по 2/4.*

Четыре assemblés в сторону, с переменой ног вперед, на  $\frac{1}{4}$  каждое; два doubles assemblé, на  $\frac{2}{4}$  каждое. Повторить еще раз и исполнить в обратном направлении.

2. *Pas jeté. 8 тактов по 2/4.*

На  $\frac{1}{4}$  — jeté в сторону с окончанием в маленькую позу croisée; на  $\frac{1}{4}$  — assemblé croisé назад. Повторить восемь раз и исполнить в обратном направлении.

3. *Sissonne ouverte носком в пол. 8 тактов по 4/4.*

За тактом — demi-plié и sissonne ouverte в маленькую позу croisée вперед, закончить на первую четверть; между первой и второй четвертью — assemblé, закончить его на вторую четверть; на третью четверть вытянуть колени; на четвертую четверть — demi-plié для следующего sissonne ouverte. Таким образом исполнить три sissonnes ouvertes в позу croisée вперед и одно в сторону, с переменой ног. Повторить то же с другой ноги и исполнить в обратном направлении.

4. *Glissade в сторону. Музыкальный размер 4/4.*

а) V позиция, правая нога впереди. На первую четверть — demi-plié и одновременно правая нога вытягивается в сторону носком в пол; между первой и второй четвертью — прыжок, заканчивающийся на вторую четверть на demi-plié, правая нога впереди; на третью и четвертую четверти колени вытягиваются.

б) На первую четверть — demi-plié в V позиции; между первой и второй четвертью — прыжок, заканчивающийся на вторую четверть; на третью и четвертую четверти колени вытягиваются.<sup>1</sup>

<sup>1</sup> Glissade в сторону разучивается без перемены и с переменной ног. Через несколько уроков glissade разучивается вперед и назад, затем в малень-

5. *Pas écharré* во II позицию с окончанием на одну ногу. Музыкальный размер  $\frac{4}{4}$ .

а) V позиция, правая нога впереди. На первую четверть — *demi-plié*, между первой и второй четвертью — прыжок, оканчивающийся на вторую четверть во II позицию на *demi-plié*; между второй и третьей четвертью — прыжок, оканчивающийся на третью четверть на левую ногу на *demi-plié*, правую согнуть *sur le cou-de-pied* сзади; на четвертую четверть поставить правую ногу в V позицию и вытянуть колени. То же изучается с окончанием на одну ногу, другая согнута *sur le cou-de-pied* впереди.

б) За тактом — *demi-plié* и прыжок, оканчивающийся на первую четверть во II позицию; на вторую четверть — прыжок с окончанием на одну ногу, на третью — *assemblé*; между третьей и четвертой четвертью вытянуть колени и на четвертую четверть — *demi-plié* для следующего *écharré*.

6. *Grand écharré* во II позицию. Музыкальный размер  $\frac{4}{4}$ .

На первую четверть — *demi-plié*; между первой и второй четвертью — прыжок, оканчивающийся на вторую четверть во II позицию на *demi-plié*; между второй и третьей четвертью — прыжок, оканчивающийся на третью четверть в V позицию на *demi-plié*; на четвертую четверть вытянуть колени. Движение повторяется от четырех до восьми раз.

7. *Grands changements de pieds*.

Исполняется так же, как в третьем примере урока.

8. *Petits changements de pieds*. 8 тактов по  $\frac{2}{4}$ .

Шестнадцать *changements de pieds*, на  $\frac{1}{4}$  каждый.

9. *Balancé en tournant* по  $\frac{1}{4}$  поворота. Музыкальный размер  $\frac{3}{4}$  (вальс).

Четыре *balancés en face*, четыре *en tournant*, на  $\frac{1}{4}$  поворота каждое. Повторить еще раз и исполнить с другой ноги.

## ЧЕТВЕРТЫЙ ПРИМЕР

### ЭКЗЕРСИСА НА ПАЛЬЦАХ

1. *Relevé* в I и II позициях. 16 тактов по  $\frac{2}{4}$ .

Восемь *relevés* в I и восемь во II позиции, на  $\frac{2}{4}$  каждое.

2. *Double écharré*. 16 тактов по  $\frac{4}{4}$ .

Три *doubles écharrés* в IV позицию *croisée*, одно *double écharré* с переменной ног во II позицию, на  $\frac{4}{4}$  каждое. То же самое исполнить с другой ноги и повторить все сначала.

3. *Temps lié*. Музыкальный размер  $\frac{2}{4}$  или  $\frac{3}{4}$  (вальс).

Четыре *temps lié* вперед и четыре назад, на 2 такта по  $\frac{2}{4}$  или на 4 такта вальса каждое.<sup>1</sup>

ких позах *croisée* и *effacée*. К концу полугодия *glissade* начинается за тактом и исполняется на  $\frac{1}{4}$ .

<sup>1</sup> *Temps lié* состоит из двух *glissades*, исполняемых на  $\frac{2}{4}$  каждый.

4. *Pas écharré* во II позицию с окончанием на одну ногу.<sup>1</sup> Музыкальный размер  $\frac{4}{4}$ .

V позиция, правая нога впереди. За тактом — *demi-plié*, на первую четверть — *écharré* во II позицию; на вторую четверть — *demi-plié* во II позиции; на третью четверть вскочить на пальцы на левую ногу, правую согнуть *sur le sou-de-pied* сзади; на четвертую четверть — *demi-plié* в V позиции. То же изучается с окончанием на одну ногу, другая согнута *sur le sou-de-pied* впереди.

5. *Pas de bourrée ballotté* носком в пол на *croisée* и *effacée*. Исполняется на  $\frac{2}{4}$  каждое.

6. *Pas de bourrée suivi* по прямой линии и по диагонали.

Исполняется восьмью музыкальными долями.

## Второе полугодие

### ПЯТЫЙ ПРИМЕР УРОКА

#### Экзерсис у палки

1. Два *demi-pliés* и два *grands pliés* в I, II, IV и V позициях, на  $\frac{4}{4}$  каждое. 8 тактов по  $\frac{4}{4}$ .

2. *Battements tendus* и *battements tendus jetés*. 16 тактов по  $\frac{2}{4}$ .

Два *battements tendus* вперед, на  $\frac{1}{4}$  каждое; три *battements tendus jetés* вперед, на  $\frac{1}{8}$  каждое. Повторить еще раз. То же исполнить в сторону, назад и в сторону.

3. *Ronds de jambe par terre*. 12 тактов по  $\frac{4}{4}$ .

На два вступительных аккорда — *préparation en dehors*. Восемь *ronds de jambe par terre*, на  $\frac{1}{4}$  каждый, закончить вперед носком в пол. Два *riqués*, на  $\frac{1}{8}$  каждое; на  $\frac{1}{4}$ , слегка приподняв ногу от пола, перенести ее в сторону и поставить на носок. На те же музыкальные доли исполнить *riqué* во II позиции, затем перенести ногу назад; *riqué* назад, перенести ногу во II позицию на носок, исполнить *riqué* и перенести ногу вперед на носок. Повторить все *en dedans*. 2 такта — обвод на *plié en dehors* — *en dedans* и, оставаясь на *demi-plié* (работающая нога вытянута вперед носком в пол), исполнить 2 такта *port de bras* с перегибом корпуса.

4. *Battements soutenus* носком в пол и *frappés*. 16 тактов по  $\frac{2}{4}$ .

<sup>1</sup> Изучается лицом к палке, через несколько уроков — на середине зала с окончанием на одну ногу в маленькие позы *croisée* назад и вперед

Два *battements soutenus* в маленькой позе *effacée* вперед, на  $\frac{2}{4}$  каждое; два *battements soutenus* в позе *écartée* назад, на  $\frac{2}{4}$  каждое. То же исполнить в позах *effacée* назад и *écartée* вперед. Два *battements soutenus* в сторону, на  $\frac{2}{4}$  каждое. Второе *soutenu* не заканчивается, а из положения — опорная нога на *demi-plié*, работающая носком в пол, — следует подняться на полупальцы, отделив работающую ногу от пола на  $45^\circ$  для исполнения *frappé*. *Frappé*: четыре в сторону, на  $\frac{1}{4}$  каждое; *doubles frappés* — шесть, на  $\frac{1}{4}$  каждое; на  $\frac{2}{4}$  — *demi-plié* в V позиции и поворот на полупальцах от палки.

5. *Ronds de jambe en l'air*. 32 такта по  $\frac{2}{4}$ .

На  $\frac{2}{4}$  — *préparation temps relevé en dehors*; десять *ronds de jambe en l'air*, на  $\frac{1}{4}$  каждый; на  $\frac{2}{4}$  опустить работающую ногу в V позицию назад; на  $\frac{2}{4}$  повернуться в *épaulement effacé*. На 8 тактов исполнить два раза *développé* в позу *attitude effacée*. Повторить все *en dedans* с позами *effacée* вперед на  $90^\circ$ .

6. *Petits battements sur le cou-de-pied*. 16 тактов по  $\frac{2}{4}$ .

Шесть *petits battements* вперед, на  $\frac{1}{4}$  каждый, на шестом руке со II позиции опускается в подготовительное положение. На  $\frac{2}{4}$  — *tombé* на работающую ногу впереди опорной ноги; затем *souré*, открыв работающую ногу в сторону на  $45^\circ$ , а руку на II позицию. Повторить комбинацию еще раз и исполнить *petits battements* и *tombé-souré* в обратном направлении. (Во время *tombé-souré* назад рука остается на II позиции. Корпус на *tombé* слегка откидывается назад, на *souré* выпрямляется.)

7. *Battements développés*. 16 тактов по  $\frac{4}{4}$ .

Первый такт: *développé* вперед. Второй такт: *passé* на  $90^\circ$  и *développé* вперед. Третий такт: *passé* на  $90^\circ$  и *développé* в сторону. Четвертый такт: на две четверти работающая нога опускается в V позицию. Пятый и шестой такты: *développé* в позу *écartée* назад. Седьмой и восьмой такты: повторить *développé* и исполнить позу *écartée* назад носком в пол на *plié*. То же исполнить обратно, с позой *écartée* вперед в заключение.

8. *Grands battements jetés*. 8 тактов по  $\frac{4}{4}$ .

Восемь *grands battements* вперед, восемь в позе *écartée* назад, восемь назад и восемь в позе *écartée* вперед, на  $\frac{1}{4}$  каждый.

*Экзерсис на середине зала*

1. 16 тактов по  $\frac{4}{4}$ .

Два *grands pliés* в I позиции на  $\frac{4}{4}$  каждое. На 2 такта — *développé* с правой ноги вперед и *demi-rond en dehors* в сторону, на последнюю четверть опустить работающую ногу во II позицию. Два *grands pliés* во II позиции, на  $\frac{4}{4}$  каждое. На 2 такта — *développé* с правой ноги назад и *demi-rond en dedans* в сторону, на последнюю четверть опустить работающую ногу в V позицию вперед. На 2 такта открыть левую

руку в III позицию, правую на II и исполнить первую половину IV port de bras; на 2 такта вытянуть левую ногу носком в пол croisée назад. Таким образом начинается изучение IV arabesque. На следующие 4 такта поза arabesque носком в пол сохраняется.

2. *Battements tendus u battements tendus jetés. 16 тактов по  $\frac{2}{4}$ .*

С правой ноги — четыре battements tendus вперед, на  $\frac{1}{4}$  каждое; два battements tendus jetés, на  $\frac{1}{4}$  каждое, три — на  $\frac{1}{8}$  каждое. То же исполнить с левой ноги назад. С правой ноги — восемь battements tendus в сторону, на  $\frac{1}{4}$  каждое; два battements tendus jetés, на  $\frac{1}{4}$  каждое, три — на  $\frac{1}{8}$  каждое; последний battement закончить в V позицию на plié и на 2 такта сделать шаг вперед на полупальцы в V позицию, правую руку поднять в III, левую на I позицию. Поворот головы любой.

3. *Ronds de jambe par terre. 12 тактов по  $\frac{1}{4}$ .*

На два вступительных аккорда — préparation en dehors. Восемь ronds de jambe par terre и восемь ronds de jambe en l'air en dehors, на  $\frac{1}{4}$  каждый. Из положения, когда нога открыта в сторону на  $45^\circ$ , продолжить ronds de jambe par terre и ronds de jambe en l'air en dedans. 2 такта — обвод на plié en dehors, начать — croisé вперед, закончить — croisé назад. В заключение вытянуть колено опорной ноги и на 2 такта исполнить port de bras с растяжкой на plié и перегибом корпуса.

4. *Battements soutenus, fondus u frappés. 16 тактов по  $\frac{2}{4}$ .*

С правой ноги — два battements soutenus носком в пол, effacée вперед; с левой ноги — два battements soutenus effacée назад, на  $\frac{2}{4}$  каждое. С правой ноги — четыре fondus в сторону, на  $\frac{2}{4}$  каждое. Восемь frappés в сторону, на  $\frac{1}{4}$  каждое, восьмое закончить на plié, и на 4 такта исполнить pas de bourrée из стороны в сторону без перемены ног. Заканчивать каждое pas de bourrée открыванием ноги на  $45^\circ$ .<sup>1</sup>

5. *Doubles frappés носком в пол. 16 тактов по  $\frac{2}{4}$ .*

Вперед, в сторону, назад и в сторону, на  $\frac{1}{4}$  каждое. Повторить еще раз. Четыре doubles frappés в сторону, на  $\frac{1}{4}$  каждое; на  $\frac{2}{4}$  закрыть работающую ногу в V позицию назад и опуститься на plié в маленькую позу effacée назад по диагонали; на  $\frac{2}{4}$  исполнить pas de bourrée с переменной ног en dehors, закончить его в V позицию и приоткрыть руки в I позиции. На 2 такта — с левой ноги поза III arabesque носком в пол; на 2 такта перевести корпус и руки в положение IV arabesque; 4 такта — стоять в позе IV arabesque.

6. *Adagio. 16 тактов по  $\frac{1}{4}$ .*

Первый такт: grand plié в V позиции (правая нога впереди), закончить, открыв руки — левую на III, правую — на

<sup>1</sup> Во втором полуодии pas de bourrée без перемены ног и pas de bourrée ballotté на croisée и effacée изучаются с открыванием ног на  $45^\circ$ .

II позицию. Второй такт: *relevé* на полупальцы. Третий и четвертый такты: *IV port de bras*. Пятый и шестой такты: с правой ноги — *développé* в сторону и *demi-rond en dedans* вперед. Седьмой и восьмой такты: с правой ноги — *développé* в сторону и *demi-rond en dehors* назад. Девятый и десятый такты: с левой ноги — *développé* в позу *croisée* вперед. Одиннадцатый и двенадцатый такты: с правой ноги — *développé* в позу *attitude croisée*. Тринадцатый и четырнадцатый такты: с левой ноги — *relevé lent* на  $90^\circ$  в позу *I arabesque*. Пятнадцатый и шестнадцатый такты: с правой ноги — поза *IV arabesque* носком в пол.

### *Allegro*

#### 1. 8 тактов по $\frac{4}{4}$ .

Два *assemblés* в сторону, с правой и с левой ноги, на  $\frac{1}{4}$  каждое; на  $\frac{2}{4}$  — *écharré* на II позицию с переменной ног. Повторить четыре раза и исполнить в обратном направлении.

#### 2. 8 тактов по $\frac{2}{4}$ .

Три *jetés* (начать с правой ноги), на  $\frac{1}{4}$  каждое, на  $\frac{1}{4}$  — *assemblé croisée* назад. Повторить четыре раза и отдельно исполнить в обратном направлении.

#### 3. 8 тактов по $\frac{2}{4}$ .

V позиция, левая нога впереди. На  $\frac{1}{4}$  — с правой ноги — *glissade* в сторону без перемены ног; на  $\frac{1}{4}$  с правой ноги — *assemblé* в сторону, закончить в V позицию, правая нога впереди; на  $\frac{2}{4}$  — *écharré* в IV позицию *croisée*. Продолжать с другой ноги, повторить комбинацию четыре раза и отдельно исполнить все в обратном порядке. (*Glissade* начать в сторону ноги, находящейся в V позиции впереди.)

#### 4. *Sissonne ouverte* на $45^\circ$ . Музыкальный размер $\frac{4}{4}$ .

На первую четверть — *demi-plié*; между первой и второй четвертью — прыжок, оканчивающийся на вторую четверть на *demi-plié* на опорной ноге, другая нога открыта в сторону на  $45^\circ$ . Между второй и третьей четвертью — *assemblé*, заканчивающееся на третью четверть; на четвертую четверть вытянуть колени. Так же разучиваются *sissonnes ouvertes* во все маленькие позы.<sup>1</sup>

#### 5. 16 тактов по $\frac{3}{4}$ .

*Echarré* во II позицию с окончанием на одну ногу и в заключение — *assemblé* с правой ноги и с левой ноги, на  $\frac{3}{4}$  каждое. Два *écharré* во II позицию с переменной ног и с *temps levé* во II позиции, на  $\frac{3}{4}$  каждое. Повторить четыре раза и отдельно исполнить все в обратном порядке.

#### 6. *Grands changements de pieds* и *grands échappés*.

<sup>1</sup> Через полторы-две недели (по усмотрению педагога) *sissonnes ouvertes* могут начинаться за тактом и исполняться на одну четверть, на следующую четверть заканчиваться *assemblé*.

Исполняются так же, как в предыдущих примерах уроков.  
7. *Pas de basque*. Музыкальный размер  $\frac{3}{4}$ .

*Pas de basque* вперед: на первую и вторую четверти первого такта — *demi-plié* на опорной ноге и *demi-rond de jambe par terre en dehors* до II позиции; на третью четверть положение сохраняется. На следующий такт исполняется *pas de basque*. Так же разучивается *pas de basque* назад.<sup>1</sup>

8. 8 тактов по  $\frac{2}{4}$ .

Восемь *temps levé* в I и восемь во II позиции, по  $\frac{1}{4}$  каждое.

9. 8 тактов по  $\frac{2}{4}$ .

Шестнадцать *petits changements de pieds* на  $\frac{1}{4}$  каждый.

## ПЯТЫЙ ПРИМЕР

### ЭКЗЕРСИСА НА ПАЛЬЦАХ

1. *Relevés*. Музыкальный размер  $\frac{2}{4}$ .

Шестнадцать *relevés* в I и шестнадцать во II позиции, по  $\frac{1}{4}$  каждое.

2. 8 тактов по  $\frac{4}{4}$ .

Три *échappés* в IV позиции *croisée* (правая нога впереди), подняв правую руку в III, левую на II позицию; одно *échappé* в IV позиции *effacée* с переменной ног, подняв левую руку на I, правую на II позицию, по  $\frac{2}{4}$  каждое. То же повторить с другой ноги. Два *doubles échappés* во II позицию, по  $\frac{4}{4}$  каждое. Одно *échappé* в IV позиции *croisée*, одно в IV позиции *effacée*, исполнить с правой и с левой ноги, по  $\frac{2}{4}$  каждое.

3. 16 тактов по  $\frac{2}{4}$ .

Три *sus-sous* с продвижением вперед в маленьких позах *croisée*, по  $\frac{2}{4}$  каждое; на  $\frac{2}{4}$  — *échappé* во II позицию с переменной ног. Повторить комбинацию четыре раза. То же исполнить с продвижением назад.

4. 8 тактов по  $\frac{4}{4}$ .

Три *pas de bourrée* с переменной ног *en dehors*, по  $\frac{2}{4}$  каждое, закончить в V позицию; на  $\frac{2}{4}$  — *relevé* в V позиции, руки в маленькой позе *croisée*. Два *échappés* во II позицию с окончанием на одну ногу с *sur le cou-de-pied* сзади, по  $\frac{4}{4}$  каждое. Повторить комбинацию с другой ноги. То же исполнить в обратном направлении с *pas de bourrée en dedans*; *échappé* заканчивать на одну ногу, другая *sur le cou-de-pied* впереди.

5. *Pas de bourrée suivi*. 32 такта по  $\frac{3}{4}$  (медленный вальс).

8 тактов — с правой ноги исполнить *pas de bourrée suivi* вперед на *croisé*, постепенно поднимая руки на III позицию; следующие 8 тактов — продолжать *pas de bourrée suivi*, посте-

---

<sup>1</sup> По мере усвоения *pas de basque* разучивается на один такт  $\frac{3}{4}$  и  $\frac{2}{4}$ . В том и другом музыкальном размере *demi-rond de jambe par terre* делается за тактом



ленно раскрывая руки на II позицию. На последний такт опуститься на *demi-plié*, руки закрыть в подготовительное положение. 16 тактов: с правой ноги — *pas de bourrée suivi* по прямой линии (из точки 7 в точку 3), правую руку поднять в III, левую на II позицию. На последнем такте опуститься на *demi-plié*, перенести левую ногу в V позицию вперед, руки раскрыть на II позицию и опустить их в подготовительное положение.

6. *Sissonnes simples*.<sup>1</sup> Музыкальный размер  $\frac{4}{4}$ .

а) На первую четверть — *demi-plié*; на вторую четверть вскочить на пальцы на одну ногу, другую согнуть *sur le soude-pied* впереди. На третью четверть опуститься в V позицию на *demi-plié*; на четвертую четверть вытянуть колени.

б) За тактом — *demi-plié*; на первую четверть вскочить на пальцы; на вторую четверть опуститься на *demi-plié*; на третью четверть вытянуть колени; на четвертую четверть — *demi-plié* для следующего *sissonne*.

## ШЕСТОЙ ПРИМЕР УРОКА

### Экзерсис у палки

1. 16 тактов по  $\frac{4}{4}$ .

Два *grands pliés* и два *relevés* на полунальцы в I, II, IV и V позициях, на  $\frac{4}{4}$  каждое.

2. *Battements tendus* и *battements tendus jetés*. 12 тактов по  $\frac{4}{4}$ .

Четыре *battements tendus* вперед с правой ноги, на  $\frac{1}{4}$  каждое; четыре *battements tendus* назад с левой ноги, на  $\frac{1}{4}$  каждое; два *battements tendus* в сторону с правой ноги, на  $\frac{1}{4}$  каждое, и на  $\frac{2}{4}$  — одно *battement tendu* в *demi-plié*. Повторить два *battements tendus* в сторону и одно исполнить в *demi-plié*. Всю комбинацию проделать в обратном порядке, начав правой ногой назад. Три *battements tendus jetés* вперед, на  $\frac{1}{8}$  каждое (четвертая восьмая — пауза). Повторить еще раз. То же исполнить в сторону, назад и в сторону.

3. *Ronds de jambe par terre*. 24 такта по  $\frac{2}{4}$ .

На два вступительных аккорда — *réparation en dehors*. Восемь *ronds de jambe par terre*, на  $\frac{1}{4}$  каждый, последний закончить вперед на  $45^\circ$ ; на  $\frac{2}{4}$  провести работающую ногу в сторону; на  $\frac{2}{4}$  назад; на  $\frac{2}{4}$  в сторону и на  $\frac{2}{4}$  вперед (*rond de jambe en dehors — en dedans*). Повторить все *en dedans* и на 4 такта сделать обвод на *plié en dedans — en dehors*, на 4 такта — *port de bras* с растяжкой на *plié* и перегибом корпуса.

<sup>1</sup> Вначале учащиеся исполняют *sissonnes simples* лицом к палке, затем на середине зала *en face*, позднее в *écartement*.

4. *Battements fondus* на  $45^\circ$  и *battements frappés*. 12 тактов по  $\frac{1}{4}$ .

На  $\frac{2}{4}$  — fondu вперед; на  $\frac{2}{4}$  — plié-relevé с demi-rond en dehors на II позицию; на  $\frac{2}{4}$  — fondu в сторону; на  $\frac{2}{4}$  — plié-relevé с demi-rond en dehors назад. То же исполнить обратно, с demi-rond en dedans. Frappés: четыре вперед, четыре в сторону, четыре назад и четыре в сторону, на  $\frac{1}{4}$  каждое. Doubles frappés: вперед, в сторону, назад, в сторону и еще четыре в сторону, на  $\frac{1}{4}$  каждое. На  $\frac{2}{4}$  опустить работающую ногу в V позицию сзади на demi-plié и сделать полуповорот на полупальцах от палки; на  $\frac{2}{4}$  с левой ноги — поза effacée назад, носком в пол на plié; на  $\frac{2}{4}$  — soutenu на полупальцы в V позицию и на  $\frac{2}{4}$  — поза écartée вперед носком в пол на plié.

5. *Ronds de jambe en l'air*. 8 тактов по  $\frac{2}{4}$ .

На два вступительных аккорда — préparation temps relevé en dehors. Шесть ronds de jambe en l'air, на  $\frac{1}{4}$  каждый; на  $\frac{2}{4}$  опустить работающую ногу в V позицию вперед. На 4 такта — développé в позе écartée назад. То же исполнить en dedans, в заключение — позу écartée вперед.

6. *Petits battements sur le sou-de-pied*. 16 тактов по  $\frac{2}{4}$ .

Семь petits battements вперед, на  $\frac{1}{4}$  каждый, на седьмом — demi-plié на опорной ноге;  $\frac{1}{4}$  — пауза. Семь petits battements назад, на  $\frac{1}{4}$  каждый, на седьмом demi-plié,  $\frac{1}{4}$  — пауза. Шесть petits battements вперед, на  $\frac{1}{4}$  каждый; на  $\frac{2}{4}$  — demi-plié в V позиции и полуповорот на полупальцах к палке; на  $\frac{2}{4}$  с левой ноги — поза effacée вперед носком в пол на plié; на  $\frac{2}{4}$  — soutenu на полупальцы в V позицию и на  $\frac{2}{4}$  — поза écartée назад, носком в пол на plié.

7. *Grands ronds de jambe développés*. 16 тактов по  $\frac{1}{4}$ .

En dehors. Первый такт: développé вперед. Второй такт: провести работающую ногу в сторону. Третий такт: провести ногу назад. Четвертый такт: на первую и вторую четверти опустить ногу в V позицию; на третью и четвертую четверти — battement tendu в сторону, закончить его в V позицию вперед, для повторения следующего grand rond de jambe développé en dehors. То же исполнить en dedans.

8. *Grands battements jetés*. 8 тактов по  $\frac{2}{4}$ .

Четыре grands battements в позе effacée вперед, четыре в позе écartée назад, четыре в позе effacée назад и четыре в позе écartée вперед, на  $\frac{1}{4}$  каждый.

### Экзерсис на середине зала

1. 16 тактов по  $\frac{1}{4}$ .

Первый такт: grand plié в I позиции. Второй такт: demi-plié и relevé на полупальцы, руки поднять — правую в III, левую на II позицию. Третий и четвертый такты: то же исполнить во II позиции. Пятый и шестой такты: développé croisée

вперед с правой ноги, руки поднять — сначала правую в III позицию, левую на II, затем открыть правую на II позицию, левую поднять в III. Седьмой и восьмой такты: *développé attitude croisée* с левой ноги. Девятый и десятый такты: *développé* в сторону с правой ноги. Одиннадцатый и двенадцатый такты: *développé écartée* назад с левой ноги. Тринадцатый и четырнадцатый такты: с левой ноги — поза IV *arabesque* носком в пол и *relevé* на 90°. Пятнадцатый и шестнадцатый такты: опустить ногу в V позицию и с правой ноги — шаг вперед в V позицию на полупальцы; открыть левую руку вперед, правую на II позицию.

2. *Battements tendus et battements tendus jetés. 32 такта по 2/4.*

Исполнить четыре *battements tendus croisée* вперед с правой ноги, на 1/4 каждое, постепенно поднимая руки — правую на III, левую на II позицию; четыре *battements tendus* на 1/4 каждое, раскрывая правую руку на II позицию, левую поднимая в III. Восемь *battements tendus croisée* назад с левой ноги, на 1/4 каждое (из них четыре — в предыдущем положении, четыре — раскрывая левую руку на II позицию и поднимая правую в III позицию). Восемь *battements tendus* с правой ноги в сторону, на 1/4 каждое; четыре *battements tendus jetés* в сторону, на 1/4 каждое; три на 1/8 каждое (четвертая восьмая — пауза); повторить три *jetés* еще раз. Всю комбинацию продолжать с другой ноги.

3. *Battements fondus на 45° и frappés. 24 такта по 2/4.*

На 2/4 — *fendu* вперед; на 2/4 — *plié-relevé*. То же исполнить в сторону, назад и в сторону. *Frappés*: восемь в сторону, на 1/4 каждое. *Doubles frappés*: шесть, на 1/4 каждое; на 2/4 опустить работающую ногу в V позицию вперед. Два такта: с левой ноги — *développé III arabesque*, соединить руки в I позицию и принять позу IV *arabesque*. Четыре такта положение сохраняется, на последние 2/4 работающая нога опускается в V позицию.

4. *Ronds de jambe en l'air.*

Повторить комбинацию *ronds de jambe en l'air* из экзерсиса у палки.

5. *Petits battements sur le cou-de-pied. 16 тактов по 2/4.*

Пятнадцать *petits battements*, на 1/4 каждый; на 1/4 — *tombe* на работающую правую ногу к V позиции впереди, левую согнуть *sur le cou-de-pied* сзади; шесть *pas de bourrée ballotté* на *effacée* на 45°, на 2/4 каждое; на 2/4 — *pas de bourrée* с переменной ног *en dehors*, закончить его в V позицию; на 2/4 — *relevé* на полупальцы в V позицию, подняв руки в III позицию.

6. *Grands battements jetés. 8 тактов по 2/4.*

Четыре *grands battements* вперед, четыре в позе *écartée* назад; четыре назад и четыре в позе *écartée* вперед на 1/4 каждый.

7. *Adagio*. 16 тактов по  $\frac{4}{4}$ .

Первый и второй такты: V port de bras (правая нога впереди). Третий и четвертый такты: IV port de bras. Пятый, шестой, седьмой и восьмой такты: grand rond de jambe développé en dehors. Девятый и десятый такты: développé effacée вперед с левой ноги, закончить в V позицию сзади. Одиннадцатый и двенадцатый такты: développé attitude effacée с левой ноги, закончить в V позицию впереди. Тринадцатый, четырнадцатый, пятнадцатый и шестнадцатый такты: grand rond de jambe développé en dedans с правой ноги.

*Allegro*

1. 8 тактов по  $\frac{4}{4}$ .

Три *assemblés* в сторону с переменой ног вперед, с правой, с левой и с правой ноги, на  $\frac{1}{4}$  каждое; на  $\frac{1}{4}$  — *sauté* в V позиции. Повторить четыре раза и исполнить в обратном направлении.

2. 8 тактов по  $\frac{2}{4}$ .

V позиция, левая нога впереди. На  $\frac{1}{4}$  с правой ноги — *glissade* в сторону без перемены ног; на  $\frac{1}{4}$  — *jeté* с правой ноги; на  $\frac{1}{4}$  — *assemblé croisée* назад; на  $\frac{1}{8}$  вытянуть колени и на  $\frac{1}{8}$  сделать *demi-plié* для продолжения комбинации с другой ноги. Повторить четыре раза. То же исполнить в обратном направлении.

3. 8 тактов по  $\frac{2}{4}$ .

Правая нога впереди. Два *échappés* во II позицию с переменой ног, на  $\frac{2}{4}$  каждое; *sissonne ouverte* в сторону на  $45^\circ$  с правой и с левой ноги, заканчивая *assemblé*, на  $\frac{2}{4}$  каждое. Два *échappés* во II позицию с переменой ног, на  $\frac{2}{4}$  каждое; *sissonne ouverte* в маленькую позу *effacée* вперед с правой и с левой ноги, заканчивая *assemblé*, на  $\frac{2}{4}$  каждое. То же исполнить в обратном направлении.

4. *Sissonne fermée*. Музыкальный размер  $\frac{4}{4}$ .

а) На первую и вторую четверти — *demi-plié*; между второй и третьей четвертью — прыжок в заданном направлении, оканчивающийся на третью четверть на *demi-plié*; на четвертую четверть вытянуть колени.

б) За тактом — *demi-plié* и прыжок в заданном направлении; на первую четверть окончить прыжок на *demi-plié*, на вторую и третью четверти вытянуть колени; на четвертую четверть — *demi-plié* для следующего прыжка.

Движение повторяется от четырех до восьми раз.<sup>1</sup>

5. *Pas de basque*. 8 тактов по  $\frac{3}{4}$ .

На  $\frac{3}{4}$  — *pas de basque* вперед; на  $\frac{3}{4}$  вытянуть колени; на последнюю четверть второго такта опуститься на *demi-plié* для

<sup>1</sup> *Sissonne fermée* изучается сначала в сторону, без перемены и с переменой ног, через несколько уроков — вперед и назад

исполнения следующего pas de basque. Повторить четыре раза. Так же исполнить pas de basque назад.

6. *Grand écharré* во II и IV позиции. 8 тактов по  $\frac{1}{4}$ .

За тактом — demi-plié и grand écharré в IV позицию croisés, закончить на первую четверть на demi-plié. Между первой и второй четвертью — второй прыжок, закончить его на вторую четверть в V позицию на demi-plié; на третью четверть вытянуть колени; на четвертую четверть — demi-plié для следующего écharré. Исполнить три раза и сделать одно grand écharré во II позицию с переменной ног. Повторить все с другой ноги.

7. *Grands changements de pieds*. 8 тактов по  $\frac{2}{4}$ .

За тактом — demi-plié и два grands changements de pieds, на  $\frac{1}{4}$  каждый; на  $\frac{1}{4}$  вытянуть колени и на  $\frac{1}{4}$  — demi-plié для исполнения следующих двух прыжков. Повторить четыре раза.

8. 8 тактов по  $\frac{2}{4}$ .

Шестнадцать petits changements de pieds, на  $\frac{1}{4}$  каждый.

## ШЕСТОЙ ПРИМЕР ЭКЗЕРСИСА НА ПАЛЬЦАХ

1. 32 такта по  $\frac{2}{4}$ .

Семь relevés в V позиции, на  $\frac{2}{4}$  каждое; на  $\frac{2}{4}$  — écharré во II позицию с переменной ног. Повторить четыре раза.

2. 16 тактов по  $\frac{4}{4}$ .

Три doubles écharrés в IV позицию croisée, на  $\frac{4}{4}$  каждое; на  $\frac{4}{4}$  — одно double écharré в IV позицию effacée с переменной ног. Повторить четыре раза.

3. 16 тактов по  $\frac{2}{4}$ .

Три sus-sous с продвижением вперед с правой ноги в маленькой позе croisée, на  $\frac{2}{4}$  каждое. Третье sus-sous закончить на demi-plié на правой ноге, левую согнуть sur le cou-de-pied сзади. Три pas de bourrée с переменной ног en dehors, на  $\frac{2}{4}$  каждое, закончить в V позицию. Два glissades croisée вперед. на  $\frac{2}{4}$  каждый. Повторить с другой ноги. То же исполнить в обратном направлении.

4. *Sissonne simple*. 16 тактов по  $\frac{2}{4}$ .

За тактом — demi-plié. Три sissonnes simples с переменной ног назад, с правой и с левой и с правой ноги, на  $\frac{2}{4}$  каждый; на  $\frac{2}{4}$  вытянуть колени и сделать demi-plié для следующих sissonnes. Повторить четыре раза. То же исполнить в обратном направлении.

5. 16 тактов по  $\frac{3}{4}$  (медленный вальс).

8 тактов: по диагонали из точки 6 в точку 2 — pas de bourrée suivi, на последнем такте — demi-plié в V позиции. Шесть balancés (слегка продвигаясь назад), на 1 такт каждое. 1 такт — demi-plié в V позиции. 1 такт — V позиция на пальцах, руки поднять в III позицию.

## СЕДЬМОЙ ПРИМЕР УРОКА

### Экзерсис у палки

#### 1. 16 тактов по $\frac{4}{4}$ .

Два *demi-pliés* и два *grands pliés* в I, II, IV и V позициях. на  $\frac{4}{4}$  каждое.

#### 2. *Battements tendus* и *battements tendus jetés*. 32 такта по $\frac{2}{4}$ .

Два *battements tendus* вперед, на  $\frac{1}{4}$  каждое; на  $\frac{2}{4}$  — один в *demi-plié*. Повторить еще раз. То же исполнить в сторону, назад и в сторону. *Battements tendus jetés*: два вперед, на  $\frac{1}{8}$  каждое, на  $\frac{2}{8}$  — один в *demi-plié*. Повторить еще раз и исполнить также в сторону, назад и в сторону. *Battements tendus jetés* в сторону, в I позицию: семь по  $\frac{1}{8}$  каждое ( $\frac{1}{8}$  — пауза), повторить еще раз. На 4 такта — *port de bras* с перегибом корпуса в сторону, к палке. Во время перегиба корпуса руку со II позиции поднять в III и вместе с выпрямлением корпуса открыть на II позицию.

#### 3. *Ronds de jambe par terre*. 24 такта по $\frac{2}{4}$ .

На два вступительных аккорда — *préparation en dehors*. Восемь *ronds de jambe par terre*, на  $\frac{1}{4}$  каждый, последний закончить вперед, носком в пол. Быстрое *passé* по I позиции назад на  $45^\circ$  (*tendu jeté*) и быстрое *passé* по I позиции вперед на  $45^\circ$  (*tendu jeté*), на  $\frac{1}{4}$  каждое. Исполнить восемь раз. Повторить все *en dedans*. 4 такта — обвод на *plié en dedans* — *en dehors*; 4 такта — *port de bras* с растяжкой на *plié* и перегибом корпуса.

#### 4. *Battements fondus* на $45^\circ$ и *frappés*. 16 тактов по $\frac{4}{4}$ .

Два *fondus* с правой ноги вперед, на  $\frac{2}{4}$  каждое; два *fondus* с левой ноги назад, на  $\frac{2}{4}$  каждое; четыре *fondus* с правой ноги в сторону, на  $\frac{2}{4}$  каждое. Повторить *fondus* в обратном направлении, начать правой ногой назад.

*Frappés*: четыре в сторону, на  $\frac{1}{4}$  каждое; на  $\frac{2}{4}$  поставить работающую ногу в V позиции впереди на *demi-plié*; на  $\frac{2}{4}$  — *relevé* на полупальцы, открыв работающую ногу в сторону, на  $45^\circ$ . Повторить четыре *frappés* и на *demi-plié* поставить работающую ногу в V позицию сзади, в заключение открыть ногу в сторону на  $45^\circ$ .

*Doubles frappés*: восемь в сторону, на  $\frac{1}{4}$  каждое, и на 2 такта — *développé attitude effacée*.

#### 5. *Ronds de jambe en l'air*. 8 тактов по $\frac{2}{4}$ .

На два вступительных аккорда — *préparation temps relevé en dehors*. Восемь *ronds de jambe en l'air*, на  $\frac{1}{4}$  каждый; на 4 такта — *développé attitude croisée*. То же исполнить *en dedans* с позой *croisée* вперед в заключение.

#### 6. *Petits battements sur le cou-de-pied*. 16 тактов по $\frac{2}{4}$ .

Четыре *petits battements* с акцентом вперед, на  $\frac{1}{4}$  каждый;

на  $\frac{2}{4}$  — маленькая поза croisée вперед носком в пол на plié; на  $\frac{2}{4}$  подняться на полупальцы и согнуть работающую ногу sur le sou-de-pied вперед.

Четыре petits battements с акцентом назад, на  $\frac{1}{4}$  каждый; на  $\frac{2}{4}$  — маленькая поза croisée назад, носком в пол на plié; на  $\frac{2}{4}$  подняться на полупальцы и согнуть работающую ногу sur le sou-de-pied сзади.

Шестнадцать petits battements вперед (без акцента), на  $\frac{1}{4}$  каждый.

#### 7. Battements développés. 16 тактов по $\frac{2}{4}$ .

Первый такт: développé вперед. Второй такт: провести работающую ногу в сторону. Третий и четвертый такты: провести ногу назад. Пятый такт: passé на  $90^\circ$ . Шестой такт: développé écartée назад. Седьмой такт положение сохраняется. Восьмой такт: опустить работающую ногу в V позицию сзади. То же повторить en dedans с позой écartée вперед в заключение.

#### 8. Grands battements jetés. 8 тактов по $\frac{2}{4}$ .

Три grands battements pointés и один в V позицию, в позе effacée вперед; три pointés и один в V позицию в позе écartée назад; три pointés и один в V позицию, в позе II arabesque; три pointés и один в V позицию, в сторону, на  $\frac{1}{4}$  каждый.

### Экзерсис на середине зала

#### 1. 16 тактов по $\frac{4}{4}$ .

2 такта: два grands pliés в IV позиции croisée. 2 такта: développé вперед с правой ноги и demi-rond en dehors до II позиции. 2 такта: passé на  $90^\circ$  (на  $\frac{2}{4}$ ) и attitude croisée, закончить в V позицию. 2 такта: développé назад и demi-rond en dedans до II позиции. 2 такта: passé на  $90^\circ$  (на  $\frac{2}{4}$ ) и поза croisée вперед на  $90^\circ$ , закончить в V позицию. 2 такта: développé III arabesque с левой ноги, не опуская ноги принять позу IV arabesque. 1 такт положение сохраняется. 1 такт: на первую и вторую четверти опустить ногу в V позицию, а руки в подготовительное положение; на третью и четвертую четверти открыть руки на II позицию. 2 такта: III port de bras с перегибом корпуса.

#### 2. Battements tendus и battements tendus jetés. 12 тактов по $\frac{4}{4}$ .

С правой ноги — восемь battements tendus в большой позе croisée вперед, на  $\frac{1}{4}$  каждое; с левой ноги — восемь battements tendus в позе III arabesque, на  $\frac{1}{4}$  каждое; с правой ноги шестнадцать battements tendus в большой позе écartée назад, на  $\frac{1}{4}$  каждое. Battements tendus jetés: с левой ноги — три в маленькой позе croisée вперед, на  $\frac{1}{8}$  каждое (четвертая восьмая — пауза). Повторить еще раз. С правой ноги три в маленькой позе croisée назад, на  $\frac{1}{8}$  каждое. Повторить еще раз. С левой ноги три в маленькой позе écartée назад, на  $\frac{1}{8}$  каж-

дое. Повторить еще раз. На  $\frac{4}{4}$  с правой ноги маленькая поза croisée вперед носком в пол на plié.

3. *Ronds de jambe par terre. 8 тактов по  $\frac{1}{4}$ .*

На два вступительных аккорда — *préparation en dehors*. Шесть ronds de jambe par terre, на  $\frac{1}{4}$  каждый; на  $\frac{2}{4}$  — *préparation en dehors*. Шесть ronds de jambe par terre en dedans, на  $\frac{1}{4}$  каждый, и на  $\frac{2}{4}$  — *préparation en dedans*. 2 такта — обвод на plié en dedans — en dehors. 2 такта — port de bras с растяжкой на plié и перегибом корпуса.

4. *Battements fondus на  $45^\circ$  и frappés. 16 тактов по  $\frac{2}{4}$ .*

Два fondus вперед с правой ноги, на  $\frac{2}{4}$  каждое; два fondus назад с левой ноги, на  $\frac{2}{4}$  каждое; четыре fondus в сторону с правой ноги, на  $\frac{2}{4}$  каждое.

Frappés: восемь в сторону, на  $\frac{1}{4}$  каждое; четыре doubles frappés, на  $\frac{1}{4}$  каждое; на  $\frac{2}{4}$  опустить работающую ногу в V позицию сзади; на  $\frac{2}{4}$  — маленькая поза croisée назад носком в пол на plié.

5. *Petits battements sur le cou-de-pied. 16 тактов по  $\frac{2}{4}$ .*

Четыре petits battements с акцентом вперед, четыре — с акцентом назад, на  $\frac{1}{4}$  каждый; семь petits battements вперед (без акцента), на  $\frac{1}{4}$  каждый; на  $\frac{1}{4}$  — tombé на работающую ногу к V позиции впереди опорной, левую открыть в сторону на  $45^\circ$  (dégagé); шесть pas de bourrée без перемены ног из стороны в сторону, на  $\frac{2}{4}$  каждое; на  $\frac{2}{4}$  — soutenu в V позицию на полупальцы (левая нога впереди); на  $\frac{2}{4}$  — поза I arabesque по диагонали в точку 2 носком в пол на plié.

6. *Grands battements jetés. 8 тактов по  $\frac{4}{4}$ .*

Восемь grands battements в позе croisée вперед с правой ноги; восемь в позе III arabesque с левой ноги; восемь с правой ноги в позе écartée назад, на  $\frac{1}{4}$  каждый. 2 такта: с левой ноги — relevé lent на  $90^\circ$  в I arabesque.

7. *Adagio. 16 тактов по  $\frac{4}{4}$ .*

Первый такт: grand plié в V позиции. Второй такт: relevé на полупальцы. Третий и четвертый такты: с правой ноги — développé effacé вперед. Пятый и шестой такты: с левой ноги — attitude effacée. Седьмой, восьмой и девятый такты: с левой ноги — grand rond de jambe développé en dehors. Десятый такт: на первую и вторую четверти опустить работающую левую ногу в V позицию на demi-plié, правую поднять sur le cou-de-pied впереди; на третью и четвертую четверти — pas de bourrée с переменной ног en dedans, закончить в V позицию. Одиннадцатый и двенадцатый такты: с правой ноги — développé в I arabesque; не опуская ногу, принять позу II arabesque. Тринадцатый такт положение сохраняется. Четырнадцатый такт: на первую и вторую четверти опустить работающую правую ногу в V позицию вперед на demi-plié, левую поднять sur le cou-de-pied сзади; на третью и четвертую четверти — pas de bourrée с переменной ног en dehors, закончить



в V позицию. Пятнадцатый и шестнадцатый такты: шаг вперед на левую ногу в большую позу *croisée* назад носком в пол и широким движением перевести руки, корпус и голову в позу IV *arabesque* носком в пол.

### *Allegro*

#### 1. 8 тактов по $\frac{2}{4}$ .

Double *assemblé* с правой и с левой ноги, на  $\frac{2}{4}$  каждое; четыре *assemblés* в сторону с переменной ног вперед, на  $\frac{1}{4}$  каждое. Повторить комбинацию еще раз. То же исполнить в обратном направлении.

#### 2. 4 такта по $\frac{4}{4}$ .

V позиция, правая нога впереди. Четыре *glissades* в сторону с переменной ног (начать с правой ноги), на  $\frac{1}{4}$  каждый: два *échappés* с переменной и без перемены ног на II позицию, на  $\frac{2}{4}$  каждое. Повторить комбинацию с другой ноги. То же исполнить обратно, *glissade* начать ногой, находящейся в V позиции сзади.

#### 3. 8 тактов по $\frac{2}{4}$ .

V позиция, левая нога впереди. На  $\frac{1}{4}$  — *glissade* в сторону, с правой ноги без перемены ног; на  $\frac{1}{4}$  — *jeté* с правой ноги, в заключение — левая нога *sur le sou-de-pied* сзади; на  $\frac{2}{4}$  — *pas de bourrée* с переменной ног с окончанием в V позицию. Повторить комбинацию еще раз и два раза исполнить с левой ноги в обратном направлении.

#### 4. 8 тактов по $\frac{2}{4}$ .

*Sissonne ouverte* в сторону (закончить *assemblé*) с правой и с левой ноги, на  $\frac{2}{4}$  каждое; два *sissonnes fermées* в сторону с переменной ног, на  $\frac{1}{4}$  каждое; на  $\frac{1}{4}$  вытянуть колени; на  $\frac{1}{4}$  — *demi-plié* для повторения комбинации еще раз. То же исполнить в обратном направлении.

#### 5. 8 тактов по $\frac{2}{4}$ .

Два *pas de basque* вперед, на  $\frac{2}{4}$  каждый; два *petits changements de pieds*, на  $\frac{1}{4}$  каждый; на  $\frac{1}{4}$  вытянуть колени; на  $\frac{1}{4}$  — *demi-plié* для повторения комбинации еще раз. Так же исполнить *pas de basque* назад.

#### 6. 4 такта по $\frac{4}{4}$ или 16 тактов по $\frac{3}{4}$ (вальс).

Три *grands échappés* во II позицию с переменной ног, на  $\frac{2}{4}$  каждое; на  $\frac{1}{4}$  вытянуть колени; на  $\frac{1}{4}$  — *demi-plié* для повторения трех *échappés*.

7. *Сценический sissonne в I arabesque и pas de chat (сценическая форма)*. 16 тактов по  $\frac{3}{4}$  (вальс).

По диагонали из точки 6 в точку 2; на 8 тактов исполнить четыре раза сценический *sissonne* в I *arabesque* и *pas de chat*; на 4 такта — четыре *balancés* (слегка продвигаясь назад); на 1 такт встать на правую ногу в позу *éifacée* назад, носком в пол; следующие 3 такта положение сохраняется. То же по-

вторить по диагонали из точки 4 в точку 8.

8. 8 тактов по  $\frac{2}{4}$ .

Шестнадцать *petits changements de pieds*, на  $\frac{1}{4}$  каждый.

### СЕДЬМОЙ ПРИМЕР ЭКЗЕРСИСА НА ПАЛЬЦАХ

1. 16 тактов по  $\frac{2}{4}$ .

Восемь *relevés* в I и восемь во II позиции, на  $\frac{2}{4}$  каждое.

2. 8 тактов по  $\frac{4}{4}$ .

Три *doubles échappés* во II позицию, на  $\frac{4}{4}$  каждое; два *échappés* во II позицию с переменою ног, на  $\frac{2}{4}$  каждое. Повторить еще раз.

3. 16 тактов по  $\frac{2}{4}$ .

Семь *sus-sous* в маленькой позе *croisée* с продвижением вперед, на  $\frac{2}{4}$  каждое; на  $\frac{2}{4}$  — *échappé* во II позицию с переменою ног. Повторить с другой ноги. То же исполнить в обратном направлении.

4. 8 тактов по  $\frac{2}{4}$ .

Семь *pas de bougée* без перемены ног из стороны в сторону, на  $\frac{2}{4}$  каждое. Последнее *pas de bougée* закончить в V позицию. На  $\frac{2}{4}$  — шаг вперед в V позицию на пальцы, руки поднять в большую позу *croisée*.

5. 16 тактов по  $\frac{2}{4}$ .

Три *sissonnes simples* с переменою ног назад, на  $\frac{2}{4}$  каждое, и на  $\frac{2}{4}$  — *relevé* в V позиции. Повторить четыре раза. То же исполнить в обратном направлении с переменою ног вперед.

6. 16 тактов по  $\frac{6}{8}$ .

8 тактов — *pas souli* по диагонали вперед и 8 тактов — *pas souli* по диагонали назад.

### ВОСЬМОЙ ПРИМЕР УРОКА

#### Экзерсис у палки

1. 12 тактов по  $\frac{4}{4}$ .

По два *grands pliés* в I, II, IV и V позициях, на  $\frac{4}{4}$  каждое; два *ports de bras* с перегибом корпуса, на 2 такта каждое.

2. *Battements tendus* и *battements tendus jetés*. 16 тактов по  $\frac{2}{4}$ .

По одному *battement tendu* в *demi-plié* — вперед, в сторону, назад и в сторону, на  $\frac{2}{4}$  каждое (на  $\frac{1}{4}$  — *battement tendu*, вторая четверть — продолжение *demi-plié*).

По два *battements tendus* вперед, в сторону, назад и в сторону, на  $\frac{1}{4}$  каждое. Всю комбинацию исполнить в обратном порядке.

Battements tendus jetés: четыре вперед, на  $\frac{1}{4}$  каждое; семь в сторону, на  $\frac{1}{8}$  каждое ( $\frac{1}{8}$  пауза); четыре назад, на  $\frac{1}{4}$  каждое; семь в сторону, на  $\frac{1}{8}$  каждое ( $\frac{1}{8}$  пауза).

3. *Ronds de jambe par terre. 16 тактов по  $\frac{2}{4}$ .*

На два вступительных аккорда — *préparation en dehors*. Восемь *ronds de jambe par terre*, на  $\frac{1}{4}$  каждый, последний закончить вперед носком в пол на *plié*. 4 такта — *port de bras* с перегибом корпуса. Восемь *ronds de jambe par terre en dedans*, на  $\frac{1}{4}$  каждый, последний закончить назад, носком в пол на *plié*. 4 такта — *port de bras* с перегибом корпуса.

4. *Battements soutenus, battements fondus на  $45^\circ$  и frappés. 24 такта по  $\frac{2}{4}$ .*

По одному *battement soutenu* носком в пол вперед, в сторону, назад и в сторону, на  $\frac{2}{4}$  каждое; по одному *fondus* в тех же направлениях, на  $\frac{2}{4}$  каждое. Повторить *battements soutenus* и *fondus* в обратном порядке. *Frappés*: по два вперед, в сторону, назад и в сторону, на  $\frac{1}{4}$  каждое. *Doubles frappés*: восемь в сторону, на  $\frac{1}{4}$  каждое.

5. *Ronds de jambe en l'air. 8 тактов по  $\frac{4}{4}$ .*

На два вступительных аккорда подняться на полупальцы, открыв работающую ногу в сторону на  $45^\circ$ , — *préparation*. Шесть *ronds de jambe en l'air en dehors*, на  $\frac{1}{4}$  каждый; на  $\frac{2}{4}$  — *plié-relevé*. Шесть *ronds de jambe en l'air en dedans*, на  $\frac{1}{4}$  каждый; на  $\frac{2}{4}$  — *plié-relevé*. Четыре *ronds de jambe en l'air en dehors* и четыре *en dedans*, на  $\frac{1}{4}$  каждый; на 2 такта — *développé II arabesque*.

6. *Petits battements sur le cou-de-pied. 16 тактов по  $\frac{2}{4}$ .*

Три *petits battements* вперед, на  $\frac{1}{4}$  каждый; на  $\frac{1}{4}$  — пауза. Повторить еще раз. Семь *petits battements* вперед, на  $\frac{1}{4}$  каждый, на седьмом — *demi-plié* на опорной ноге,  $\frac{1}{4}$  — пауза. То же повторить назад.

7. *Battements développés. 16 тактов по  $\frac{2}{4}$ .*

Первый такт: *développé* вперед. Второй такт: провести работающую ногу в сторону. Третий и четвертый такты: медленное *passé* по I позиции назад и *relevé* на  $90^\circ$  в позу II *arabesque*. Пятый такт положение сохраняется. Шестой такт: *passé* на  $90^\circ$ . Седьмой такт: *développé* в сторону. Восьмой такт: опустить работающую ногу в V позицию сзади. Девятый такт: *développé* назад. Десятый такт: провести работающую ногу в сторону. Одиннадцатый и двенадцатый такты: медленное *passé* по I позиции вперед и *relevé* на  $90^\circ$  в позу *effacée* вперед. Тринадцатый такт: положение сохраняется. Четырнадцатый такт: *passé* на  $90^\circ$ . Пятнадцатый такт: *développé* в сторону. Шестнадцатый такт: опустить работающую ногу в V позицию.

8. *Grands battements jetés. 8 тактов по  $\frac{2}{4}$ .*

Один *grand battement*, один *battement tendu* вперед, на  $\frac{1}{4}$  каждый. Повторить еще раз. То же исполнить в сторону, назад и в сторону.

1. 8 тактов по  $\frac{1}{4}$ .

Первый такт: grand plié в I позиции. Второй такт: demi-plié и relevé на полупальцы. Третий и четвертый такты: développé croisée вперед с правой ноги, passé на  $90^\circ$  и développé в сторону. Пятый такт: grand plié во II позицию. Шестой такт: demi-plié и relevé на полупальцы. Седьмой и восьмой такты: développé attitude croisée с правой ноги, passé на  $90^\circ$  и développé в сторону.

2. Battements tendus u battements tendus jetés. 16 тактов по  $\frac{2}{4}$ .

По два battements tendus в demi-plié вперед, в сторону, назад и в сторону, на  $\frac{2}{4}$  каждое (на  $\frac{1}{4}$  battement tendu, на  $\frac{1}{4}$  — продолжение demi-plié). Четыре doubles battements tendus в сторону, на  $\frac{2}{4}$  каждое; три battements tendus jetés в сторону, на  $\frac{1}{8}$  каждое (четвертая восьмая — пауза). Исполнить четыре раза.

3. Ronds de jambe par terre. 4 такта по  $\frac{1}{4}$ .

На два вступительных аккорда — préparation en dehors. Восемь ronds de jambe par terre, на  $\frac{1}{4}$  каждый, последний закончить effacée вперед, носком в пол на plié, слегка откинуть корпус назад; на  $\frac{2}{4}$  — demi-rond en dehors носком по полу до позы écartée назад, поднять правую руку в III позицию, левая на II; на  $\frac{2}{4}$  перейти на правую вытянутую ногу в точку 4, в маленькую позу effacée назад, носком в пол; на  $\frac{1}{4}$  остаться на вытянутой опорной правой ноге (левая носком в пол) и повернуться (en dehors) в точку 8, в большую позу effacée вперед носком в пол.

Исполнить отдельно ronds de jambe par terre en dedans, последний закончить effacée назад, носком в пол на plié; demi-rond en dedans сделать до позы écartée вперед; перейти на правую вытянутую ногу в точку 2, повернуться в маленькую позу effacée вперед, носком в пол, в точку 6, и, оставаясь на вытянутой правой ноге, повернуться (en dedans) в точку 2, в большую позу effacée назад носком в пол.

4. Battements fondus u frappés. 16 тактов по  $\frac{2}{4}$ .

Два fondus вперед с правой ноги, два fondus назад с левой ноги, четыре fondus в сторону с правой ноги, на  $\frac{2}{4}$  каждое. Frappés: шесть в сторону, на  $\frac{1}{4}$  каждое; на  $\frac{2}{4}$  опустить работающую ногу в V позицию сзади и на 4 такта исполнить III port de bras.

5. Ronds de jambe en l'air. 4 такта по  $\frac{1}{4}$ .

На два вступительных аккорда — préparation temps relevé en dehors. Восемь ronds de jambe en l'air, на  $\frac{1}{4}$  каждый, и на 2 такта — grand rond de jambe développé en dehors. En dedans повторить отдельно.

6. Adagio. 12 тактов по  $\frac{1}{4}$ .

Первый такт: *grand plié* в V позиции (правая нога впереди), в заключение поднять левую руку на III, правую на II позицию. Второй такт: II *port de bras*. Третий и четвертый такты: *développé effacée* вперед с правой ноги, *passé* на 90° (на четвертую четверть третьего такта) и *développé attitude croisée*; закончить в V позицию. Пятый и шестой такты: *développé* в сторону с левой ноги, *passé* на 90° и *développé IV arabesque*; закончить в V позицию. Седьмой и восьмой такты: *attitude effacée* с левой ноги, *passé* на 90° и *développé croisée* вперед; закончить в V позицию. Девятый и десятый такты: *développé* в I *arabesque* с правой ноги по диагонали в точку 8; закончить в V позицию, правая нога впереди. Одиннадцатый такт: с правой ноги — *pas de basque* вперед и *relevé* на полупальцы в V позиции. Двенадцатый такт: с левой ноги — обвод на *plié en dehors (rond de jambe par terre)*; закончить *croisée* назад носком в пол, руки поднять в III позицию.

## *Allegro*

### *1. 8 тактов по 1/4.*

Четыре *assemblés* в сторону с переменной ног вперед, на 1/4 каждое; на 2/4 — *échappé* во II позицию, с переменной ног; два *assemblés* в маленькой позе *croisée* вперед, на 1/4 каждое. Повторить с другой ноги и исполнить в обратном направлении.

### *2. 8 тактов по 2/4.*

Три *glissades croisée* вперед, один в сторону, с переменной ног, на 1/4 каждый; два *échappés* в IV позицию *croisée*, на 2/4 каждое. Повторить с другой ноги. То же исполнить в обратном направлении.

### *3. 8 тактов по 2/4.*

*Sissonne ouverte croisée* вперед и в сторону, заканчивая *assemblé* на 2/4 каждый; *échappé* во II позицию с окончанием на одну ногу (*sur le cou-de-pied* сзади) и на 2/4 — *pas de bourrée* с переменной ног *en dehors*. Повторить с другой ноги. То же исполнить в обратном направлении.

### *4. 4 такта по 1/4.*

Два *sissonnes fermées* в сторону, без перемены ног, на 1/4 каждый; на 1/4 вытянуть колени, на 1/4 — *demi-plié* для следующих прыжков. Повторить четыре раза.

### *5. 8 тактов по 2/4.*

*Grand échappé* в IV позицию *croisée* и *grand échappé* во II позицию с переменной ног, на 2/4 каждое. Четыре *grands changements de pieds*, на 1/4 каждый. Повторить с другой ноги.

### *6. 16 тактов по 3/4 (вальс).*

С правой ноги по прямой линии из точки 7 в точку 3; на 6 тактов — три раза сценический *sissonne* в I *arabesque* и *pas*

de chat сценической формы; на 2 такта встать на правую ногу в I arabesque носком в пол в точку 3. То же повторить с левой ноги из точки 3 в точку 7.<sup>1</sup>

## ВОСЬМОЙ ПРИМЕР ЭКЗЕРСИСА НА ПАЛЬЦАХ

1. 32 такта по  $\frac{3}{4}$  (вальс).

Четыре temps lié вперед, четыре назад, на 4 такта каждое.

2. 16 тактов по  $\frac{4}{4}$ .

Два doubles échappés в IV позицию croisée, одно doubles échappé во II позицию, с переменной ног, на  $\frac{4}{4}$  каждое. Два sus-sous с продвижением вперед в маленькой позе croisée, на  $\frac{2}{4}$  каждое. Повторить с другой ноги и исполнить в обратном направлении.

3. 8 тактов по  $\frac{4}{4}$ .

Echappé во II позицию с окончанием на одну ногу (вторая — sur le cou-de-pied сзади) с правой и с левой ноги, на  $\frac{4}{4}$  каждое; четыре sissonnes simples с переменной ног назад, на  $\frac{2}{4}$  каждый. Повторить еще раз. То же исполнить в обратном направлении.

4. 16 тактов по  $\frac{3}{4}$  (вальс).

8 тактов: с правой ноги — pas de bourrée suivi вперед на croisée, на последнем такте опуститься на demi-plié. 8 тактов: шаг вперед на правую ногу, руки поднять в положение III arabesque, и pas de bourrée suivi en tournant в правую сторону, четыре поворота.

---

<sup>1</sup> Рекомендуется поделить учащихся на две группы, чтобы исполнять sissonne — pas de chat всем одновременно; одна группа движется из точки 7 в точку 3, другая — из точки 3 в точку 7. Одновременно следует объяснить сценическое правило переходов на противоположную сторону: группа, находящаяся с левой стороны, всегда проходит впереди.

# Третий класс

В третьем классе начинается изучение упражнений на середине зала на полупальцах, наиболее легких упражнений en tournant и изучение тура.

## Первое полугодие

### ПЕРВЫЙ ПРИМЕР УРОКА

#### Экзерсис у палки

##### 1. 16 тактов по $\frac{4}{4}$ .

Одно demi-plié, два grands pliés, одно relevé на полу пальцы в I, II, IV и V позициях, на  $\frac{4}{4}$  каждое.

##### 2. Battements tendus. 24 такта по $\frac{2}{4}$ .

По два battements tendus в demi-plié: вперед, в сторону, назад и в сторону, на  $\frac{1}{4}$  каждое; четыре в сторону (без plié), на  $\frac{1}{4}$  каждое; на  $\frac{1}{4}$  исполнить пятый battement с полуповоротом к палке с подменной ноги, в заключение раскрыть левую ногу в сторону носком в пол; на  $\frac{1}{4}$  положение сохраняется; на  $\frac{1}{4}$  — полуповорот к палке с подменной ноги, в заключение раскрыть правую ногу в сторону носком в пол; на  $\frac{1}{4}$  закрыть работающую ногу в V позицию сзади. Повторить battements tendus в обратном порядке с полуповоротами от палки. Battements tendus jetés: вперед три, на  $\frac{1}{8}$  каждое. Повторить еще раз. Семь в сторону, на  $\frac{1}{8}$  каждое; три назад. Повторить еще раз. Семь в сторону, на  $\frac{1}{8}$  каждое.

##### 3. Ronds de jambe par terre. 12 тактов по $\frac{4}{4}$ .

На два вступительных аккорда — préparation en dehors. Четыре ronds de jambe par terre, на  $\frac{1}{4}$  каждый, четвертый закончить вперед на demi-plié; на  $\frac{4}{4}$  — обвод en dehors — en dedans. Повторить то же en dedans, затем повторить еще раз en dehors и en dedans. 2 такта — два port de bras с растяжкой на plié и перегибом корпуса.

4. *Battements fondus* на  $45^\circ$  и *frappé*. 24 такта по  $\frac{2}{4}$ .

На  $\frac{2}{4}$  — одно *fondus* вперед в маленькой позе *effacée*, на  $\frac{2}{4}$  — *plié* и *relevé* с *demi-rond* в *écartée* назад. Повторить еще раз. Два *fondus* в сторону, на  $\frac{2}{4}$  каждое; четыре *frappés*, на  $\frac{1}{4}$  каждое. Повторить *fondus* и *frappés* в обратном порядке. *Frappés*: четыре в позе *effacée* вперед, четыре в позе *écartée* назад, четыре в позе *effacée* назад и четыре в позе *écartée* вперед, на  $\frac{1}{4}$  каждое.

5. *Ronds de jambe en l'air*. 8 тактов по  $\frac{4}{4}$ .

На два вступительных аккорда — *préparation temps relevé en dehors*. Семь *ronds de jambe en l'air*, на  $\frac{1}{4}$  каждый, седьмой *rond de jambe* закончить в маленькую позу *effacée* вперед на *plié* носком в пол и на  $\frac{1}{4}$  закрыть работающую ногу в V позицию, корпус повернуть *en face*. На  $\frac{4}{4}$  — *relevé lent* в сторону на  $90^\circ$ ; на  $\frac{2}{4}$  опустить работающую ногу в V позицию сзади и на  $\frac{2}{4}$  сделать *préparation temps relevé en dedans*. Семь *ronds de jambe en dedans*, на  $\frac{1}{4}$  каждый, седьмой закончить в маленькую позу *effacée* назад на *plié* носком в пол; на  $\frac{1}{4}$  поставить работающую ногу в V позицию. На  $\frac{4}{4}$  — *relevé lent* в сторону на  $90^\circ$ ; на  $\frac{4}{4}$  подняться на полупальцы и поставить работающую ногу в V позицию.

6. *Doubles frappés* и *petits battements sur le cou-de-pied*. 16 тактов по  $\frac{2}{4}$ .

Восемь *doubles frappés* носком в пол (с подъемом на полупальцы во время удара и переноса работающей ноги *sur le cou-de-pied*, с опусканием опорной ноги на всю ступню в заключение каждого *frappé*) в направлениях — вперед, в сторону, назад, в сторону и т. д., на  $\frac{1}{4}$  каждое. *Petits battements*: два с акцентом вперед, на  $\frac{1}{4}$  каждый; три без акцента, на  $\frac{1}{8}$  каждый;  $\frac{1}{8}$  — пауза; два *petits battements* с акцентом вперед, на  $\frac{1}{4}$  каждый; два без акцента, на  $\frac{1}{8}$  каждый; на  $\frac{1}{4}$  опуститься на всю ступню и раскрыть работающую ногу в сторону носком в пол. Повторить *doubles frappés* и *petits battements* в обратном порядке.

7. *Battements développés*. 16 тактов по  $\frac{4}{4}$ .

Первый такт: маленькая поза *effacée* вперед на *plié* носком в пол и *relevé* на  $90^\circ$  в большую позу *effacée* вперед. Второй такт: на первую и вторую четверти — *relevé* на полупальцы, на третью и четвертую четверти опустить работающую ногу в V позицию. Третий такт: маленькая поза *écartée* назад на *plié* носком в пол и *relevé* на  $90^\circ$  в большую позу *écartée* назад. Четвертый такт: на первую и вторую четверти — *relevé* на полупальцы, на третью и четвертую четверти опустить работающую ногу в V позицию. Пятый и шестой такты: *grand rond de jambe développé en dedans*, на последние две четверти — *relevé* на полупальцы. Седьмой такт: опустить работающую ногу в V позицию на *demi-plié* и исполнить полный поворот на полупальцах к палке, закончить поворот на *demi-*



plié. Восьмой такт: на первую и вторую четверти — *développé* II arabesque, на третью четверть — *relevé* на полупальцы, на четвертую закончить движение в V позицию. То же повторить в обратном порядке, в заключение исполнить *développé* с подъемом на полупальцы в позу *croisée* вперед.

8. *Grands battements jetés pointés*. 8 тактов по  $\frac{2}{4}$ .

Два *grands battements pointés* вперед, на  $\frac{1}{4}$  каждый; исполнить третий *battement* и задержать работающую ногу в воздухе на  $90^\circ$  на протяжении  $\frac{3}{8}$  и на  $\frac{1}{4}$  опустить в V позицию. То же повторить в сторону, назад и в сторону.

### *Экзерсис на середине зала*

1. *Маленькое adagio u battements tendus*<sup>1</sup>. 16 тактов по  $\frac{4}{4}$ .

Первый и второй такты: два *grands pliés* в I позиции. Третий и четвертый такты: с правой ноги — *développé* вперед с подъемом на полупальцы. Пятый и шестой такты: два *grands pliés* во II позиции. Седьмой и восьмой такты: с правой ноги — *développé* назад с подъемом на полупальцы. Девятый и десятый такты: с правой ноги — *développé* в сторону с подъемом на полупальцы. Одиннадцатый и двенадцатый такты: с левой ноги — *grand rond de jambe développé en dehors*. Тринадцатый такт: с левой ноги — обвод на *plié* (*rond de jambe par terre*) *en dedans*. Четырнадцатый такт: *soutenu* в V позицию на полупальцы, руки поднять — правую в III, левую на II позицию (взгляд направлен на правую кисть); на последнюю четверть опуститься на обе ступни. Пятнадцатый такт: *V port de bras*. Шестнадцатый такт: с левой ноги — I arabesque носком в пол на *plié* по прямой линии из точки 7 в точку 3, с небольшим перегибом корпуса. Правая рука в положении *arabesque* на высоте III позиции, голова повернута налево. *Battements tendus* — 8 тактов по  $\frac{4}{4}$ . С правой ноги — шестнадцать *battements tendus* в сторону, на  $\frac{1}{4}$  каждое. *Battements tendus jetés*: по три в сторону, на  $\frac{1}{8}$  каждое, исполнить восемь раз.

2. *Battements fondus на 45° на всей ступне и с подъемом на полупальцы*. 16 тактов по  $\frac{2}{4}$ .

На  $\frac{2}{4}$  — *fondus* в маленькой позе *croisée* вперед; на  $\frac{2}{4}$  — *plié relevé*, корпус повернуть *en face*, работающая нога остается впереди. На  $\frac{2}{4}$  — *fondus* в маленькой позе *effacée* вперед; на  $\frac{2}{4}$  — *plié-relevé* с *demi-rond* до II позиции (исполняется на всей ступне). Три *fondus* в сторону с подъемом на полупальцы, на  $\frac{2}{4}$  каждое; на  $\frac{2}{4}$  опуститься в V позицию. На  $\frac{2}{4}$  — *fondus* в маленькой позе *croisée* назад; на  $\frac{2}{4}$  — *plié-relevé*, корпус

<sup>1</sup> В третьем классе первое *adagio* может называться условно «маленьким» по своему содержанию и отличаться от «большого» *adagio*, исполняемого в заключение экзерсиса на середине зала. *Battements tendus* могут сочетаться с первым *adagio*, но могут исполняться и отдельной комбинацией.

повернуть en face, работающая нога остается сзади. На  $\frac{2}{4}$  — fondu в маленькой позе effacée назад; на  $\frac{2}{4}$  — plié-relevé с demi-rond до II позиции (исполняется на всей ступне). Три fondus в сторону с подъемом на полупальцы, на  $\frac{2}{4}$  каждое. После третьего fondu остаться на полупальцах на протяжении двух четвертей.

3. *Battements frappés с подъемом на полупальцы. 8 тактов по  $\frac{2}{4}$ .*

Шесть frappés в сторону (на  $45^\circ$ ), на  $\frac{1}{4}$  каждое; на  $\frac{2}{4}$  подняться на полупальцы. Шесть frappés на полупальцах, на  $\frac{1}{4}$  каждое, и на  $\frac{2}{4}$  закончить упражнение в V позицию.

4. *Grands battements jetés. 8 тактов по  $\frac{2}{4}$ .*

Два grands battements в позе croisée вперед, два вперед en face, два в позе effacée вперед, два в сторону; два в позе écartée назад, два в позе effacée назад, два назад en face и два в позе croisée назад, на  $\frac{1}{4}$  каждое.

5. *Большое adagio. 16 тактов по  $\frac{4}{4}$  или 48 тактов по  $\frac{3}{4}$  (медленный вальс).*

Первый и второй такты: сделать семь шагов, начиная с правой ноги (каждый идет до своего места),<sup>1</sup> и встать в V позицию, правая нога впереди, руки открыты на II позицию.<sup>2</sup> Третий и четвертый такты: grand plié в V позиции и relevé на полупальцы, руки поднять — правую на III, левую на I позицию (корпус слегка наклоняется влево, голова повернута к правой руке). Пятый такт: с правой ноги — développé в сторону. Шестой такт: медленный поворот в I arabesque. Седьмой такт: опустить правую ногу в V позицию вперед на demi-plié и сделать полный поворот на полупальцах (влево). Восьмой и девятый такты: с левой ноги — développé в сторону и медленный поворот в позу effacée вперед. Десятый такт: на первую и вторую четверти — plié в позу effacée; на третью и четвертую четверти — pas de bourrée с переменной ног en dedans. Одиннадцатый и двенадцатый такты: с левой ноги — développé в attitude effacée и медленный поворот в attitude croisée; руки перевести — правую на III, левую в I позицию. (Поза аналогична позе relevé на полупальцах в начале adagio.) Тринадцатый такт: passé на  $90^\circ$  и développé écartée назад. Четырнадцатый такт: опустить ногу в V позицию сзади на demi-plié и сделать полный поворот на полупальцах (влево), руки поднять в III позицию. Пятнадцатый и шестнадцатый такты: сценический sissonne в I arabesque на левую ногу, подбежать к точкам 6, 7 и 8, встать на левую ногу в позу II arabesque, носком в пол.

<sup>1</sup> Перед началом adagio учащиеся находятся на некотором расстоянии от тех мест, на которых исполняли экзерсис на середине зала.

<sup>2</sup> Шаги рекомендуется делать с вытянутым подъемом, с носка на пятку, избегая чрезмерной выворотности. Таким образом, учащиеся подготавливаются к условной, но правильной сценической походке

## Allegro

### 1. 8 тактов по $\frac{2}{4}$ .

Восемь *assemblés* в сторону с переменной ног вперед, на  $\frac{1}{4}$  каждое; на  $\frac{1}{8}$  — *soupiré* и восемь *assemblés* в сторону с переменной ног назад.

### 2. 8 тактов по $\frac{2}{4}$ .

V позиция, правая нога впереди. На  $\frac{2}{4}$  — *sissonne simple*, в заключение левая нога *sur le cou-de-pied* сзади, *assemblé*. Повторить *sissonne* и *assemblé* еще раз. *Sissonne simple, temps levé* на  $\frac{2}{4}$  и на  $\frac{2}{4}$  *pas de bougée* с переменной ног *en dehors*. Повторить все с левой ноги. То же исполнить в обратном направлении.

### 3. 8 тактов по $\frac{4}{4}$ .

*Jeté* в сторону, два *temps levés, assemblé croisée* назад. Каждый прыжок исполняется на  $\frac{1}{4}$ . Повторить четыре раза, с правой и левой ноги по очереди, и исполнить все в обратном направлении.

### 4. 16 тактов по $\frac{2}{4}$ .

Два *sissonnes ouvertes croisée* вперед, заканчивая *assemblé*, на  $\frac{2}{4}$  каждый; два *sissonnes fermées*, с продвижением вперед в маленькой позе *croisée* назад, на  $\frac{1}{4}$  каждый; на  $\frac{2}{4}$  — *petit écharré* с переменной ног во II позицию, с *temps levé* во II позиции — на  $\frac{1}{8}$ .<sup>1</sup> Повторить с другой ноги и исполнить в обратном направлении.

### 5. *Sissonne tombée croisée вперед, назад и в сторону. Музыкальный размер $\frac{2}{4}$ .*

*Croisée* вперед: за тактом — *demi-plié* и прыжок; на первую четверть окончить прыжок в IV позицию в маленькую позу *croisée*; на вторую четверть — скользящий прыжок с продвижением вперед, соединить ноги в V позиции на *demi-plié*.<sup>2</sup> Повторить четыре раза вперед, затем четыре раза назад. (На следующих уроках *sissonne tombée* разучивается в сторону и в маленькие позы *effacée* вперед и назад.) *Sissonne tombée* может исполняться в темпе вальса, на 2 такта каждый.

### 6. 8 тактов по $\frac{4}{4}$ .

Два *grands écharrés* во II позицию с переменной ног, на  $\frac{2}{4}$  каждое; на  $\frac{4}{4}$  — одно *grand écharré* с двумя *temps levé* во II позиции. Повторить четыре раза.

### 7. 8 тактов по $\frac{2}{4}$ .

Два *petits changements de pieds*, на  $\frac{1}{4}$  каждый; три — на  $\frac{1}{8}$  каждый,  $\frac{1}{8}$  — пауза. Повторить четыре раза.<sup>3</sup>

<sup>1</sup> *Temps levé* во II позиции должно быть короткого, трамплинного характера.

<sup>2</sup> Скользящий прыжок аналогичен заключительному прыжку в *pas de basque*.

<sup>3</sup> Каждый урок заканчивается *port de bras* с перегибом корпуса.

## ПЕРВЫЙ ПРИМЕР ЭКЗЕРСИСА НА ПАЛЬЦАХ<sup>1</sup>

### 1. 16 тактов по $\frac{2}{4}$ .

Четыре *relevés* в I позиции, на  $\frac{2}{4}$  каждое; восемь *relevés*, на  $\frac{1}{4}$  каждое. То же исполнить во II позиции.

### 2. 16 тактов по $\frac{4}{4}$ .

Четыре *échappés* во II позицию с переменной ног, на  $\frac{2}{4}$  каждое; на  $\frac{4}{4}$  — одно *double échappé* и четыре *échappés* с переменной ног, на  $\frac{1}{4}$  каждое. Повторить четыре раза.

### 3. 16 тактов по $\frac{2}{4}$ .

Три *sissonnes simples* с правой, с левой и с правой ноги, на  $\frac{2}{4}$  каждый; два *sissonnes simples* — с левой и с правой ноги, на  $\frac{1}{4}$  каждый. Повторить четыре раза. То же исполнить в обратном направлении.

### 4. 16 тактов по $\frac{2}{4}$ .

С правой ноги четыре *jetés* с продвижением вперед, в маленькой позе *croisée*, на  $\frac{2}{4}$  каждое. На 4 такта — с правой ноги — *pas de bourgée suivi* по прямой линии направо, закончить переносом левой ноги в V позицию вперед. Повторить с другой ноги.

### 5. Музыкальный размер $\frac{2}{4}$ (полька).

На два вступительных аккорда встать в V позицию на пальцы. Восемь *pas* польки, двигаясь вперед, и восемь назад.

По усмотрению педагога, *pas* польки вперед могут быть исполнены по маленькому кругу в правую и в левую сторону.

## ВТОРОЙ ПРИМЕР УРОКА

### Экзерсис у палки

### 1. 16 тактов по $\frac{4}{4}$ .

Два *grands pliés*, на  $\frac{4}{4}$  каждое; на  $\frac{4}{4}$  — *relevé* на полупальцы; два *relevés*, на  $\frac{2}{4}$  каждое. Исполнить в I, II, IV и V позициях.

### 2. *Battements tendus*. 32 такта по $\frac{2}{4}$ .

Шесть *battements tendus* вперед, на  $\frac{1}{4}$  каждое; седьмой *battement* исполнить с полуповоротом к палке с подменной ноги на  $\frac{1}{4}$ , в заключение раскрыть левую ногу вперед носком в пол; на  $\frac{1}{4}$  закрыть левую ногу в V позицию. То же повторить с левой ноги. С правой ноги исполнить четыре *doubles battements tendus* в сторону, на  $\frac{2}{4}$  каждое. *Battements tendus jetés*: три в сторону, три вперед, три в сторону и три назад, на  $\frac{1}{8}$  каждое ( $\frac{1}{8}$  — пауза). Всю комбинацию проделать в обратном порядке; начать правой ногой назад.

<sup>1</sup> В третьем классе рекомендуется проводить урок на пальцах два раза в неделю (вместо *allegro*)

3. *Ronds de jambe par terre. 12 тактов по 1/4.*

На два вступительных аккорда — *préparation en dehors*. Четыре *ronds de jambe par terre*, по 1/4 каждый; четвертый закончить вперед носком в пол. Быстрое *passé* по I позиции с броском — назад, вперед, назад на 45° (*tendu jeté*), на 1/8 каждый (1/8 — пауза); вперед, назад, вперед — также на 1/8 каждый. Продолжать *ronds de jambe par terre en dedans*, затем повторить еще раз *en dehors* и *en dedans*. 2 такта — обвод на *plié en dedans* — *en dehors*; 2 такта — *port de bras* с растяжкой на *plié* и перегибом корпуса.

4. *Battements fondus tombés. 32 такта по 2/4.*

На 2/4 *fondus* вперед; на 2/4 — *tombé* вперед на *plié* на работающую правую ногу (левая подтягивается *sur le cou-de-pied* сзади) и *fondus* с левой ноги назад; на 2/4 — *tombé* назад на *plié* на левую ногу (правая подтягивается *sur le cou-de-pied* вперед) и *fondus* с правой ноги вперед; 2/4 — положение сохраняется. Четыре *fondus* в сторону с правой ноги, на 2/4 каждое. Повторить все в обратном направлении, начать правой ногой назад. *Grappés* в сторону: четыре, на 1/4 каждое; три и еще раз три, на 1/8 каждое (1/8 — пауза). Комбинацию *grappés* повторить четыре раза.

5. *Ronds de jambe en l'air. 8 тактов по 4/4.*

На два вступительных аккорда — *préparation temps relevé en dehors*. Четыре *ronds de jambe en l'air*, на 1/4 каждый. На 1/4 поставить работающую ногу в V позицию сзади на *plié*, на 1/4 — полный поворот на полупальцах от палки и на 2/4 — *préparation temps relevé en dehors*. Повторить все еще раз и два раза исполнить то же *en dedans*.

6. *Petits battements sur le cou-de-pied. 16 тактов по 2/4.*

Шестнадцать *petits battements*, на 1/4 каждый. На 4 такта открыть работающую ногу в сторону на 45°, поставить ее в V позицию сзади и сделать *développé* в *attitude effacée* с подъемом на полупальцы; на 4 такта — *développé* в *attitude croisée* с подъемом на полупальцы.

7. *Battements soutenus на 90°.*<sup>1</sup> 8 тактов по 4/4.

На первую четверть подняться на полупальцы, одновременно провести работающую ногу носком до колена опорной; на вторую четверть — *demi-plié* на опорной ноге, работающую вытянуть на 90° в заданном направлении; на третью четверть начать опускать работающую ногу и на четвертую четверть подтянуть ее к опорной в V позицию и подняться на полупальцы одновременно на обеих ногах. Исполнить по два раза вперед, в сторону, назад и в сторону.

8. *Grands battements jetés. 8 тактов по 2/4.*

---

<sup>1</sup> Во избежание перегрузки экзерсиса при разучивании *battements soutenus* на 90° на первых уроках можно заменять ими *battements développés*. Позже *battements soutenus* на 90° делается вместо *battements fondus*.

Четыре grands battements вперед, четыре в позу écartée назад; четыре назад и четыре в позу écartée вперед, на  $\frac{1}{4}$  каждый.

9. *Préparation для tours с V позиции en dehors и en dedans.*  
(Для мужского класса с V и со II позиции.)  
Изучается на 1 такт по  $\frac{4}{4}$  каждый.

### *Экзерсис на середине зала*

1. *Маленькое adagio и battements tendus. 8 тактов по  $\frac{4}{4}$ .*

Первый и второй такты: grand plié в IV позиции effacée и relevé на полупальцы. Третий и четвертый такты: с правой ноги — développé вперед, вернуться в позу effacée вперед и подняться на полупальцы. Закончить, опустив работающую ногу в V позицию сзади. Пятый и шестой такты: с правой ноги — développé назад, вернуться в attitude effacée, подняться на полупальцы, закончить в V позицию вперед. Седьмой и восьмой такты: с левой ноги — développé назад, demi-gond en dedans в сторону и вернуться в позу écartée вперед. Battements tendus: 8 тактов по  $\frac{4}{4}$ . Четыре в маленькую позу croisée вперед, на  $\frac{1}{4}$  каждое; battements tendus jetés вперед в маленькую позу croisée — три и еще раз три, на  $\frac{1}{8}$  каждое. То же повторить в сторону, в маленькую позу croisée назад и в сторону.

2. *Ronds de jambe par terre. 24 такта по  $\frac{2}{4}$ .*

На два вступительных аккорда — préparation en dehors. Восемь ronds de jambe par terre, на  $\frac{1}{4}$  каждый, восьмой закончить вперед носком в пол; на  $\frac{2}{4}$  — relevé на  $90^\circ$ ; на  $\frac{2}{4}$  — demi-gond en dehors в сторону; на  $\frac{2}{4}$  подняться на полупальцы; на  $\frac{2}{4}$  опустить работающую ногу носком в пол во II позицию. Из этого положения повторить все en dedans. 4 такта — обвод на plié en dedans — en dehors, 4 такта — port de bras с растяжкой на plié, с переходом на ногу, находящуюся croisée сзади носком в пол, и с перегибом корпуса.

3. *Battements fondus на  $45^\circ$  на полупальцах.<sup>1</sup> 8 тактов по  $\frac{2}{4}$ .*

По два fondus вперед, в сторону, назад и в сторону, на  $\frac{2}{4}$  каждое.

4. *Pas de bourrée dessus-dessous.<sup>2</sup> Музыкальный размер  $\frac{2}{4}$  и  $\frac{3}{4}$ .*

5. *Ronds de jambe en l'air с подъемом на полупальцы.<sup>3</sup> 8 тактов по  $\frac{2}{4}$ .*

---

<sup>1</sup> Начиная с этого урока battements fondus и frappés исполняются на середине зала целиком на полупальцах.

<sup>2</sup> Вначале pas de bourrée dessus-dessous разучивается носком в пол, затем с открыванием ноги на  $45^\circ$ .

<sup>3</sup> Через несколько уроков préparation temps relevé и ronds de jambe en l'air исполняются целиком на полупальцах

Шесть ronds de jambe en l'air en dehors на всей ступне, на  $\frac{1}{4}$  каждый; на  $\frac{2}{4}$  подняться на полупальцы. Шесть ronds de jambe en l'air en dehors на полупальцах, на  $\frac{2}{4}$  опуститься в V позицию. En dedans исполнить отдельно.

6. *Petits battements sur le cou-de-pied с подъемом на полупальцы.*

Шесть petits battements на всей ступне, на  $\frac{1}{4}$  каждый; на  $\frac{2}{4}$  подняться на полупальцы. Шесть petits battements на полупальцах, на  $\frac{2}{4}$  открыть работающую ногу в сторону на  $45^\circ$  и опуститься в V позицию.<sup>1</sup>

7. *Préparation со II позиции для tours sur le cou-de-pied en dehors и en dedans. Музыкальный размер  $\frac{4}{4}$ .*

Каждый ргéparation исполняется на 2 такта. Первый такт: на первую четверть — demi-plié в V позиции; на вторую четверть вскочить в V позицию на полупальцы; на третью четверть, оставаясь на опорной ноге на полупальцах, открыть другую ногу в сторону на  $45^\circ$ ; на четвертую четверть положение сохраняется. Второй такт: на первую четверть — demi-plié во II позиции; на вторую четверть вскочить на опорную ногу на полупальцы, согнуть другую sur le cou-de-pied впереди; на третью четверть положение сохраняется; на четвертую опуститься в V позицию на demi-plié.

8. *Большое adagio.<sup>2</sup> 8 тактов по  $\frac{4}{4}$  или 32 такта по  $\frac{3}{4}$  (медленный вальс).*

V позиция, правая нога впереди. Первый такт: два glissades с переменой ног в правую сторону и relevé на полупальцы. Второй такт: grand plié в V позиции. Третий и четвертый такты: с правой ноги — développé croisée вперед, правую руку поднять в III позицию, левая на II, и demi-rond en écartée вперед, закончить в V позицию. Пятый и шестой такты: с левой ноги — développé écartée назад и demi-rond в III arabesque. Седьмой такт: из III arabesque, не опуская ноги, принять позу IV arabesque. Восьмой такт: опустить работающую ногу в V позицию и сделать pas de basque вперед.

## *Allegro*

1. 8 тактов по  $\frac{4}{4}$ .

Assemblé в сторону с переменой ног вперед и три assemblés croisée вперед, на  $\frac{1}{4}$  каждое. Повторить четыре раза, с правой и левой ноги по очереди, и исполнить в обратном направлении.

2. 8 тактов по  $\frac{2}{4}$ .

<sup>1</sup> Через несколько уроков préparation и petits battements исполняются деликом на полупальцах (без ускорения темпа).

<sup>2</sup> Учитывая продолжительность этого экзерсиса на середине зала, можно перенести большое adagio на следующий урок и исполнить комбинации allegro непосредственно после préparation со II позиции к tours.

Jeté в сторону, temps levé, с правой и левой ноги по очереди. Каждый прыжок исполняется па  $\frac{1}{4}$ . Повторить четыре раза, затем сделать на  $\frac{1}{8}$  coupé и исполнить все в обратном направлении.

3. *Jeté с продвижением croisée вперед, назад и в сторону. Музыкальный размер  $\frac{4}{4}$ .*

Croisée вперед. На первую четверть — demi-plié; между первой и второй четвертью — прыжок с продвижением вперед на правую ногу; на вторую четверть — окончание прыжка на demi-plié, левая нога sur le cou-de-pied сзади; на третью четверть — assemblé; на четвертую вытянуть колени. Повторить четыре раза. То же исполнить temps croisée назад и в сторону.<sup>1</sup>

4. *8 тактов по  $\frac{2}{4}$ .*

Два pas de basque вперед, на  $\frac{2}{4}$  каждый; три sissonnes fermées с продвижением вперед, в маленькой позе croisée, одно в сторону, на  $\frac{1}{4}$  каждый. Повторить с другой ноги. То же исполнить в обратном направлении.

5. *16 тактов по  $\frac{2}{4}$  или 32 такта по  $\frac{3}{4}$  (вальс).*

Sissonne tombée croisée вперед и в сторону, на 1 такт по  $\frac{2}{4}$  каждый или на 2 такта вальса. (Temps lié sauté.) Исполнить четыре раза вперед и четыре назад.

6. *Ballonné в сторону без продвижения. Музыкальный размер  $\frac{4}{4}$ .*

На первую четверть — demi-plié; между первой и второй четвертью — прыжок; на вторую четверть окончание прыжка на demi-plié; на третью четверть — assemblé, на четвертую вытянуть колени. Повторить от четырех до восьми раз.<sup>2</sup>

7. *4 такта по  $\frac{4}{4}$ .*

Два grands changements de pieds, на  $\frac{1}{4}$  каждый; три petits changements de pieds, на  $\frac{1}{8}$  каждый. Повторить четыре раза.

8. *Grands battements jetés. 8 тактов по  $\frac{2}{4}$ .*

Восемь grands battements в сторону, по очереди с правой и с левой ноги, ставя каждый раз работающую ногу в V позиции сзади (т. е. продвигаясь назад). Восемь grands battements в сторону, ставя работающую ногу в V позицию впереди (продвигаясь вперед), на  $\frac{1}{4}$  каждый.

## ВТОРОЙ ПРИМЕР ЭКЗЕРСИСА НА ПАЛЬЦАХ

1. *8 тактов по  $\frac{2}{4}$ .*

Восемь relevés в I позиции, восемь во II, на  $\frac{1}{4}$  каждое.

2. *16 тактов по  $\frac{2}{4}$ .*

<sup>1</sup> По мере усвоения jeté с продвижением исполняется на  $\frac{1}{4}$ .

<sup>2</sup> В течение недели ballonné разучивается лицом к палке, затем на середине зала в сторону, на croisé вперед и назад. По мере усвоения исполняется на  $\frac{1}{4}$ , каждое



Два sus-sous с продвижением вперед с правой ноги, на  $\frac{2}{4}$  каждое; четыре sus-sous, на  $\frac{1}{4}$  каждое. На первом sus-sous руки в I позиции, на втором — правая рука на III, левая на II позиции. На следующих sus-sous руки постепенно раскрыть и опустить в подготовительное положение. Два sus-sous с продвижением назад, на  $\frac{2}{4}$  каждое; четыре — на  $\frac{1}{4}$  каждое. Положения рук аналогичны положениям при исполнении sus-sous вперед, но в III позицию поднять левую руку. Четыре jetés на правую ногу с продвижением в правую сторону, на  $\frac{2}{4}$  каждое. Два relevés в V позиции, на  $\frac{2}{4}$  каждое. На первом relevé правая рука на II, левая на I позиции; на втором relevé левая рука на II, правая на I позиции. На  $\frac{2}{4}$  — шаг вперед на пальцы в V позицию, руки поднять в III позицию; на  $\frac{2}{4}$  опуститься на demi-plié в позу III arabesque, левая нога сзади поском в пол.

3. *Pas de bourrée dessus-dessous носком в пол. Музыкальный размер  $\frac{2}{4}$  и  $\frac{3}{4}$ .*

Исполняется по восемь раз с правой и с левой ноги.

4. *8 тактов по  $\frac{4}{4}$ .*

Два écharpés на II позицию с окончанием на одну ногу, другая sur le cou-de-pied сзади, с правой и с левой ноги, на  $\frac{4}{4}$  каждое. На 2 такта — одно écharpé с правой ноги с окончанием на одну ногу, с дополнительным relevé на левой ноге, и relevé в V позиции. Повторить с другой ноги. То же исполнить в обратном направлении.

5. *16 тактов по  $\frac{2}{4}$  или 32 такта по  $\frac{3}{4}$  (вальс).*

Sissonne simple на левой ноге, правая sur le cou-de-pied впереди (без перемены ноги). Sissonne simple на правой ноге, левая sur le cou-de-pied сзади (без перемены ноги), на  $\frac{2}{4}$  каждый. Повторить четыре раза. На 8 тактов — с правой ноги pas cougu в направлении croisé вперед, постепенно поднять руки в III позицию и опустить их в подготовительное положение.

## ТРЕТИЙ ПРИМЕР УРОКА

### Экзерсис у палки

1. *16 тактов по  $\frac{4}{4}$ .*

Два demi-pliés, на  $\frac{2}{4}$  каждое; два grands pliés, на  $\frac{4}{4}$  каждое, и на  $\frac{4}{4}$  — relevé на полупальцы, в I, II, IV и V позициях.

2. *Battelements tendus. 24 такта по  $\frac{2}{4}$ .*

Четыре battements tendus вперед с правой ноги, постепенно поднимая руку в III позицию; четыре battements tendus назад с левой ноги, опуская руку из III позиции в положение arabesque; восемь battements tendus в сторону с правой ноги, на  $\frac{1}{4}$  каждое. Повторить в обратном порядке, начав правой

ногой назад. *Battements tendus jetés*: шесть вперед, на  $\frac{1}{8}$  каждое, седьмое в *demi-plié*, на  $\frac{1}{4}$ . Так же повторить *jetés* в сторону, назад и в сторону.

3. *Ronds de jambe par terre*. 24 такта по  $\frac{2}{4}$ .

На два вступительных аккорда — *préparation en dehors*. Восемь *ronds de jambe par terre*, на  $\frac{1}{4}$  каждый; два на  $\frac{1}{4}$ , три на  $\frac{1}{8}$  каждый ( $\frac{1}{8}$  — пауза); два на  $\frac{1}{4}$ , три на  $\frac{1}{8}$  ( $\frac{1}{8}$  — пауза). Повторить *en dedans*, 4 такта — обвод на *plié en dedans* — *en dehors*; 4 такта — *port de bras* с растяжкой на *plié* и перегибом корпуса.

4. *Battements doubles fondus* на  $45^\circ$ . 16 тактов по  $\frac{4}{4}$ .

На первую четверть — *demi-plié*, работающая нога в положении *sur le cou-de-pied*; на вторую четверть — *relevé* на опорной ноге на полупальцы, работающая нога остается *sur le cou-de-pied*; на третью четверть — *demi-plié* на опорной ноге, работающая начинает открываться в заданном направлении; на четвертую четверть подняться на полупальцы на опорной ноге, работающую одновременно вытянуть.<sup>1</sup> Исполнить по два раза вперед, в сторону, назад и в сторону. *Frappés* в сторону: два на  $\frac{1}{4}$  каждое; три на  $\frac{1}{8}$  каждое ( $\frac{1}{8}$  — пауза). Повторить четыре раза. *Doubles frappés*: *effacée* вперед, *effacée* назад, *effacée* вперед, *effacée* назад и четыре в сторону, на  $\frac{1}{4}$  каждое; на  $\frac{4}{4}$  опустить работающую ногу в V позицию сзади, сделать полуповорот на полупальцах от палки и с левой ноги исполнить маленькую позу *effacée* назад поском в пол на *plié*; на  $\frac{4}{4}$  — *relevé* на  $90^\circ$  в *attitude effacée*.

5. *Ronds de jambe en l'air*. 8 тактов по  $\frac{4}{4}$ .

На  $\frac{4}{4}$  — *préparation* с V позиции для *tour sur le cou-de-pied en dehors*, на четвертую четверть открыть работающую ногу в сторону на  $45^\circ$ ; одиннадцать *ronds de jambe en l'air en dehors*, на  $\frac{1}{4}$  каждый, и на  $\frac{1}{4}$  поставить работающую ногу в V позицию сзади. Повторить все *en dedans*.

6. *Petits battements sur le cou-de-pied*. 16 тактов по  $\frac{2}{4}$ .

Шесть *petits battements* вперед, на  $\frac{1}{4}$  каждый. На шестом рука со II позиции опускается в подготовительное положение. На  $\frac{1}{4}$  — *tombé* к V позиции вперед на работающую правую ногу в *demi-plié*, левая *sur le cou-de-pied* сзади. На  $\frac{1}{4}$  — полуповорот на правой ноге на полупальцах к палке, левая переводится *sur le cou-de-pied* вперед. То же повторить с левой ноги; затем с правой и левой ноги исполнить *petits battements* и *tombé* назад, с полуповоротом от палки. (Перед *tombé* назад рука сохраняет положение II позиции.)<sup>2</sup>

7. *Battements développés*. 16 тактов по  $\frac{4}{4}$ .

<sup>1</sup> В начале изучения *double fondu* исполняется на  $\frac{4}{4}$  каждое. По мере усвоения (одна-две недели) — на  $\frac{2}{4}$  каждое.

<sup>2</sup> Эта комбинация *petits battements* исполняется с двух ног, без отдельного повторения с левой ноги, но может быть скомпонована для правой и левой ноги в отдельную комбинацию.

Первый такт: *développé* вперед и *demi-rond en dehors* в сторону. Второй такт: *demi-rond en dedans* вперед и *relevé* на полупальцы (на третью и четвертую четверти). Третий такт: *passé* по I позиции назад и *relevé* на  $90^\circ$  в позу II *arabesque* на *demi-plié*. Четвертый такт: *demi-rond en dedans* (опорная нога вытягивается в колене) в позу *écartée* назад, закончить в V позицию. Пятый такт: *développé* назад и *demi-rond en dedans* в сторону. Шестой такт: *demi-rond en dehors* назад и *relevé* на полупальцы (на третью и четвертую четверти). Седьмой такт: *passé* по I позиции вперед и *relevé* на  $90^\circ$  вперед на *demi-plié*. Восьмой такт: *demi-rond en dehors* (опорная нога вытягивается в колене) в позу *écartée* вперед. Повторить все сначала.

#### 8. *Grands battements jetés*. 16 тактов по $\frac{2}{4}$ .

Шесть *grands battements* вперед, на  $\frac{1}{4}$  каждый, шестой *battement* закончить на *demi-plié* в V позицию; на  $\frac{2}{4}$  — полный поворот в V позиции на полупальцах к палке и опуститься на обе ступни. Шесть *grands battements* назад, на  $\frac{1}{4}$  каждый, шестой закончить на *demi-plié* в V позицию; на  $\frac{2}{4}$  — полный поворот в V позиции на полупальцах от палки и опуститься на обе ступни. Восемь *grands battements* в сторону, на  $\frac{1}{4}$  каждый, и на 4 такта — III *port de bras* с перегибом корпуса.

### Экзерсис на середине зала

#### 1. *Маленькое adagio* и *battements tendus*. 8 тактов по $\frac{4}{4}$ .

Первый и второй такты: *grand plié* в V позиции (правая нога впереди) и *relevé* на полупальцы. Третий и четвертый такты: *grand rond de jambe développé en dehors*, в заключение подняться на полупальцы и закончить в V позицию. Пятый такт: с левой ноги (переведя ее посредством *petit battement sur le sou-de-pied* назад) — *développé attitude croisée*, правую руку поднять в III позицию, затем переменить руки, раскрыв правую на II позицию и подняв левую в III. Шестой и седьмой такты: вытянуть левую ногу *croisée* назад и сделать *grand rond de jambe développé en dedans*, в заключение подняться на полупальцы, закончить в V позицию. Восьмой такт: с левой ноги — I *arabesque* носком в пол на *plié*, с перегибом корпуса.

*Battements tendus* — 8 тактов по  $\frac{4}{4}$ . С правой ноги в большой позе *effacée* вперед: два в *demi-plié*, два на вытянутой ноге, на  $\frac{1}{4}$  каждое; с левой ноги в большой позе *effacée* назад: два в *demi-plié*, два на вытянутой ноге, на  $\frac{1}{4}$  каждое; с правой ноги восемь в сторону, на  $\frac{1}{4}$  каждое. *Battements tendus jetés*: в сторону в I позицию семь, еще раз семь, на  $\frac{1}{8}$  каждое. Последний закончить в V позицию впереди, и на 2 такта — *préparation* со II позиции для *tour sur le sou-de-pied en dehors*.

2. *Battements soutenus*. 8 тактов по  $\frac{1}{4}$ .

Два *soutenus* вперед носком в полн, на  $\frac{2}{4}$  каждое, одно *soutenus* на  $90^\circ$  на  $\frac{1}{4}$ . То же исполнить в сторону, назад и в сторону.

3. *Battements frappés*. 4 такта по  $\frac{1}{4}$ .

На два вступительных аккорда подняться на полупальцы и открыть работающую ногу в сторону на  $45^\circ$ . Семь *frappés*, на  $\frac{1}{4}$  каждое, на  $\frac{1}{4}$  закрыть работающую ногу в V позицию впереди и на 2 такта сделать *préparation* со II позиции для *tour sur le cou-de-pied en dedans*.

4. *Ronds de jambe en l'air*. 4 такта по  $\frac{1}{4}$ .

На два вступительных аккорда — *préparation temps relevé en dehors*. Восемь *ronds de jambe en l'air*, на  $\frac{1}{4}$  каждый, на восьмом — *demi-plié*; на 2 такта — два *pas de bourrée dessous-dessus*. После *ronds de jambe en l'air en dedans pas de bourrée* исполнить *dessus-dessous*.

5. *Préparation с V позиции для tours sur le cou-de-pied en dehors и en dedans*. Музыкальный размер  $\frac{1}{4}$ .

Каждый *préparation* исполняется на 1 такт. На первую четверть — *demi-plié*; на вторую четверть вскочить на опорную ногу на полупальцы, согнуть другую *sur le cou-de-pied*; на третью четверть положение сохраняется; на четвертую опуститься в V позицию на *demi-plié*.

6. *Grands battements jetés pointés*. 8 тактов по  $\frac{1}{4}$ .

Все *grands battements* исполнить на  $\frac{1}{4}$  каждый. С правой ноги — шесть *grands battements jetés pointés* и один в V позицию в позе *effacée* вперед; на  $\frac{1}{4}$  соединить руки в I позиции. С левой ноги — шесть *grands battements jetés pointés* и один в V позицию, в позе I *arabesque* в точку 2; на последнем *battement* опустить руки в подготовительное положение и на  $\frac{1}{4}$  открыть их на II позицию. С правой ноги — восемь *grands battements jetés* в сторону, в V позицию. На 1 такт с левой ноги — *relevé* на  $90^\circ$  в I *arabesque* и на 1 такт опуститься на *demi-plié*, приняв позу II *arabesque*.

7. *Большое adagio*. 12 тактов по  $\frac{1}{4}$ .

Правая нога впереди. Первый и второй такты: *grand plié* в IV позиции *effacée* и *relevé* на полупальцы. Третий такт: с правой ноги — *développé* в *effacée* вперед и *demi-gond en dehors* в позу *écartée* назад. Четвертый такт: повернуться в *attitude effacée*. Пятый такт:  $\frac{2}{4}$  — *plié* в *attitude*,  $\frac{2}{4}$  — *pas de bourrée* с переменной ног *en dehors*. Шестой такт: с левой ноги — *développé attitude effacée* и, не опуская ноги, принять позу I *arabesque* в точку 2. Седьмой такт: *relevé* в *arabesque* на полупальцы, закончить в V позицию. Восьмой такт: с правой ноги *développé* в сторону, руки поднять в III позицию. Девятый такт: повернуться на II *arabesque*. Десятый такт: *passé* на  $90^\circ$  в позу *croisée* вперед. Одиннадцатый такт: подняться на полупальцы и опустить работающую ногу в V позицию. Двенадца-

тый такт: поворот на полупальцах в V позиции в левую сторону и маленькая поза croisée вперед на plié, левая нога носком в пол.

### *Allegro*

#### *1. 16 тактов по 2/4.*

Два doubles assemblés с правой и левой ноги, на  $\frac{2}{4}$  каждое; на  $\frac{2}{4}$  — échappé во II позицию с переменной ног и на  $\frac{2}{4}$  — sissonne tombée croisée вперед. Повторить с другой ноги и исполнить все в обратном направлении.

#### *2. 4 такта по 4/4.*

Jeté в сторону, два temps levé, assemblé croisée назад. Повторить с другой ноги. Четыре jetés с правой и левой ноги по очереди (каждый прыжок исполняется на  $\frac{1}{4}$ ) и два pas de bougée с переменной ног en dehors, на  $\frac{2}{4}$  каждое. То же исполнить в обратном направлении.

#### *3. 8 тактов по 2/4.*

V позиция, левая нога вперед. С правой ноги — jeté с продвижением в сторону (без перемены ноги), закончить assemblé croisée вперед. С левой ноги — jeté с продвижением croisée вперед, закончить assemblé croisée назад. Каждый прыжок исполняется на  $\frac{1}{4}$ . Повторить четыре раза. Четыре раза исполнить с другой ноги. То же самое сделать в обратном направлении.

#### *4. 8 тактов по 2/4.*

Три ballonnés в сторону, заканчивая первое ballonné sur le sou-de-pied вперед, второе — назад, третье — вперед, на  $\frac{1}{4}$  каждое; на  $\frac{1}{4}$  — assemblé в сторону, закончить в V позицию сзади. Повторить четыре раза с правой и левой ноги по очереди.

#### *5. 8 тактов по 2/4.*

Три ballonnés croisée вперед, на  $\frac{1}{4}$  каждое; на  $\frac{1}{4}$  — assemblé в сторону, закончить в V позицию сзади. Повторить четыре раза с правой и с левой ноги по очереди. То же исполнить в обратном направлении.

#### *6. Pas de chat с броском ног назад. Музыкальный размер 4/4.*

а) V позиция, левая нога впереди. На первую четверть — demi-plié, одновременно отбросить полусогнутую правую ногу croisée назад на  $45^\circ$ ; между первой и второй четвертью — прыжок вперед, отбросив полусогнутую левую ногу effacée назад на  $45^\circ$ ; на вторую четверть закончить прыжок в V позицию на demi-plié; на третью и четвертую четверти вытянуть колени. Повторить четыре раза.

б) На первую четверть — demi-plié в V позиции, между первой и второй четвертью — прыжок, окончание прыжка на вторую четверть; на третью и четвертую четверти вытянуть колени. Повторить от четырех до восьми раз.<sup>1</sup>

<sup>1</sup> По мере усвоения pas de chat назад исполняется на  $\frac{2}{4}$ ; за тактом — demi-plié и прыжок, на первую четверть — окончание прыжка на demi-plié,

7. Музыкальный размер  $\frac{3}{4}$  (вальс).

Быстрый сценический бег с вытянутыми пальцами по диагонали из точки 6 в точку 2, затем из точки 4 в точку 8.<sup>1</sup>

8. 8 тактов по  $\frac{2}{4}$ .

Grand échappé в IV позицию croisée, grand échappé во II позицию с переменной ног, на  $\frac{2}{4}$  каждое: четыре grands changements de pieds, на  $\frac{1}{4}$  каждый. Повторить с другой ноги.

9. 8 тактов по  $\frac{2}{4}$ .

Семь больших трамплинных temps levé в I позиции, на  $\frac{1}{8}$  каждое,  $\frac{1}{8}$  — пауза на demi-plié. Повторить четыре раза.<sup>2</sup>

10. 4 такта по  $\frac{4}{4}$ .

Два petits changements de pieds, на  $\frac{1}{4}$  каждый; три — на  $\frac{1}{8}$  каждый. Повторить четыре раза.

### ТРЕТИЙ ПРИМЕР

#### ЭКЗЕРСИСА НА ПАЛЬЦАХ

1. 16 тактов по  $\frac{2}{4}$ .

Шестнадцать relevés в I позиции, шестнадцать во II, на  $\frac{1}{4}$  каждое.

2. 8 тактов по  $\frac{2}{4}$ .

Правая нога впереди. Восемь échappés во II позицию с переменной ног. Восемь échappés: первое en tournant по  $\frac{1}{4}$  поворота в правую сторону, в точку 3; второе en face в точку 3. Следующие échappés: первое — en tournant, второе — en face в точку 5, в точку 7 и в точку 1, на  $\frac{2}{4}$  каждое.

3. 16 тактов по  $\frac{2}{4}$ .

Четыре sissonnes simples с правой и с левой ноги по очереди, с переменной ног назад; четыре sissonnes simples на левой ноге, правая первый раз переходит назад, второй раз вперед и еще раз назад и вперед, на  $\frac{2}{4}$  каждое. На этих четырех sissonnes корпус слегка склоняется направо, руки — правая на I, левая на II позиции. Повторить еще раз.

4. Jeté fondu (мягкие шаги) по диагонали вперед и назад. Музыкальный размер  $\frac{2}{4}$ .

Восемь jetés fondus вперед (начать с правой ноги) из точки 6 в точку 2, на 1 такт каждое. Повторить с левой ноги, из точки 4 в точку 8. То же исполнить в обратном направлении.

5. 16 тактов по  $\frac{3}{4}$  (вальс).

---

на вторую — положение demi-plié сохраняется. В конце полугодия pas de chat исполняется на  $\frac{1}{4}$ .

<sup>1</sup> Во время бега необходимо, чтобы корпус был несколько откинут назад, как бы «отставал» от ног. Недопустимо наклонять корпус вперед или подпрыгивать при беге. Ступни ставятся с носка на пятку, с возможно меньшим отрывом от пола. Положение рук, по заданию педагога, может быть самым различным.

<sup>2</sup> Исполняется в быстром темпе.

Два échappés во II позицию с переменной ног, на 2 такта каждое; два pas de basque вперед, на 2 такта каждый. Повторить еще раз. То же исполнить с pas de basque назад.

## ЧЕТВЕРТЫЙ ПРИМЕР УРОКА

### Экзерсис у палки<sup>1</sup>

1. 8 тактов по  $\frac{1}{4}$ .

По два grands pliés в I, II, IV и V позициях, на  $\frac{1}{4}$  каждое.

2. Battements tendus. 32 такта по  $\frac{2}{4}$ .

Шесть battements tendus вперед, на  $\frac{1}{4}$  каждое, на шестом — demi-plié; на  $\frac{1}{4}$  — полуповорот в V позиции на полупальцах к палке, на  $\frac{1}{4}$  — снова полуповорот к палке. Четыре battements tendus doubles в сторону, на  $\frac{2}{4}$  каждое. Повторить в обратном порядке, начав правой ногой назад с полуповоротами от палки. Battements tendus jetés: три вперед, на  $\frac{1}{8}$  каждое, на третьем — demi-plié. Повторить еще раз. Семь в сторону, на  $\frac{1}{8}$  каждое, на седьмом — demi-plié. То же самое исполнить назад и в сторону. Шестнадцать tendus jetés в сторону с I позиции, на  $\frac{1}{8}$  каждое.

3. Ronds de jambe par terre. 24 такта по  $\frac{2}{4}$ .

На два вступительных аккорда — préparation en dehors. Два ronds de jambe par terre, на  $\frac{1}{4}$  каждый, три — на  $\frac{1}{8}$  каждый. Исполнить четыре раза en dehors и четыре en dedans. 4 такта — обвод на plié en dedans — en dehors; 4 такта — port de bras с растяжкой на plié и перегибом корпуса. В заключение — port de bras, на последние  $\frac{2}{4}$  сделать demi-plié в V позиции и полуповорот на полупальцах от палки.

4. Battements soutenus. 12 тактов по  $\frac{1}{4}$ .

Soutenus на  $90^\circ$  вперед: одно на  $\frac{1}{4}$ , два на  $\frac{2}{4}$  каждое. То же самое исполнить в сторону, назад и в сторону. Garrés: четыре вперед, на  $\frac{1}{4}$  каждое; в сторону три и еще раз три, на  $\frac{1}{8}$  каждое; четыре назад, на  $\frac{1}{4}$  каждое, в сторону три и еще раз три, на  $\frac{1}{8}$  каждое.

5. Ronds de jambe en l'air. 16 тактов по  $\frac{2}{4}$ .

На два вступительных аккорда — préparation temps relevé en dehors. Семь ronds de jambe en l'air, на  $\frac{1}{4}$  каждый, седьмой закончить в маленькую позу effacée вперед носком в пол на plié, на  $\frac{1}{4}$  подняться на полупальцы, проведя работающую

---

<sup>1</sup> Как видно из предыдущих примеров, в этом классе некоторые движения начинают исполняться не только на четверти, но и на восьмые музыкальные доли. В первых трех примерах уроков, когда три движения исполнялись на  $\frac{1}{8}$  каждое, указывалось, что  $\frac{1}{8}$  будет пауза; семь движений на  $\frac{1}{8}$  каждое и  $\frac{1}{8}$  пауза и т. д. В дальнейшем уже нет необходимости в таких подробных объяснениях, так как нечетное количество движений, исполняемых на восьмые или шестнадцатые музыкальные доли, почти всегда будет с паузами

ногу в сторону на 45°. Повторить еще раз и два раза исполнить en dedans, с позой effacée назад.

6. *Petits battements sur le cou-de-pied. 8 тактов по 4/4.*

Двенадцать petits battements вперед, на 1/4 каждый; на 4/4 — préparation с V позиции для tour en dehors sur le cou-de-pied. Двенадцать petits battements назад, на 1/4 каждый, и на 4/4 — préparation с V позиции для tour en dedans.

7. *Battements développés. 8 тактов по 4/4 или 32 такта по 3/4 (вальс).*

Первый и второй такты: grand rond de jambe développé en dehors, в заключение — relevé на полупальцы. Третий такт: développé в позу attitude croisée, на четвертую четверть — passé на 90° и одновременно relevé на полупальцы на опорной ноге. Четвертый такт: опуститься с полупальцев на всю ступню, одновременно открыть работающую ногу в позу écartée вперед. Пятый и шестой такты: grand rond de jambe développé en dedans, в заключение — relevé на полупальцы. Седьмой такт: développé в позу croisée вперед, на четвертую четверть — passé на 90° и relevé на полупальцы. Восьмой такт: опуститься на всю ступню и открыть работающую ногу в позу écartée назад.

8. *Grands battements jetés. 16 тактов по 4/4.*

Четыре grands battements вперед с правой ноги; четыре grands battements назад с левой ноги; четыре grands battements в сторону с правой ноги, на 1/4 каждый, и на 4/4 перегнуться в сторону (к палке), руку со II позиции поднять в III. Повторить в обратном направлении, начать правой ногой назад.

*Экзерсис на середине зала*

1. *Маленькое adagio и battements tendus. 12 тактов по 4/4.*

Первый и второй такты: grand plié в V позиции (правая нога впереди), demi-plié и relevé на полупальцы, руки поднять — правую в III позицию, левую на II в положение allongé.<sup>1</sup> Третий и четвертый такты: с правой ноги — développé croisée вперед, passé на 90° в I arabesque в точку 8, в заключение — relevé на полупальцы, закончить в V позицию, правая нога впереди. Пятый такт: с левой ноги — développé III arabesque; не опуская ноги, принять позу attitude croisée. Шестой такт: опуститься в attitude на demi-plié, переменить положение рук — правую в III позицию, левую на I, и закончить в V позицию. Седьмой такт: с левой ноги — développé в сторону. Восьмой такт: relevé на полупальцы, в заключение опустить левую ногу в V позицию впереди. Девятый такт: раскрыть правую руку на III, левую на II позицию. Десятый такт: V port de bras. Один-

<sup>1</sup> В третьем классе рекомендуется вводить положение рук allongé в позу с ногой вытянутой носком в позу на 90°, в attitude effacée положение рук allongé принимается перед опусканием их в подготовительное положение.



надцатый и двенадцатый такты: поза croisée назад на demi-plié с небольшим перегибом корпуса, правая нога сзади носком в пол, правая рука на III, левая на II позиции — *allongé*. *Battements tendus* — 8 тактов по  $\frac{4}{4}$ . С левой ноги четыре в маленькой позе croisée вперед; с правой ноги четыре в маленькой позе croisée назад; с правой ноги четыре в сторону, на  $\frac{1}{4}$  каждое. *Tendus jetés*: семь в сторону, на  $\frac{1}{8}$  каждое. 2 такта — *préparation* со II позиции для *tour sur le cou-de-pied en dehors*; 2 такта — *préparation* со II позиции для *tour sur le cou-de-pied en dedans*.

2. *Battements fondus* на 45'. 16 тактов по  $\frac{2}{4}$ .

Два *fondus croisée* вперед с правой ноги, на  $\frac{2}{4}$  каждое; *tombé* вперед и два *fondus croisée* назад с левой ноги, на  $\frac{2}{4}$  каждое. *tombé* назад и два *fondus* в сторону с правой ноги, *tombé* в сторону и два *fondus* в сторону с левой ноги, на  $\frac{2}{4}$  каждое. *Coupe* на  $\frac{1}{16}$ , подменить на полупальцах левой ногой правую, и с правой ноги — *frappés* в сторону: два на  $\frac{1}{4}$  каждое, три на  $\frac{1}{8}$  каждое. Повторить еще раз и сделать восемь *doubles frappés* в сторону, на  $\frac{1}{4}$  каждое.

3. *Ronds de jambe en l'air*. 8 тактов по  $\frac{2}{4}$ .

На два вступительных аккорда — *préparation temps relevé en dehors*. Восемь *ronds de jambe en l'air*, на  $\frac{1}{4}$  каждый; на  $\frac{4}{4}$  — *développé* вперед и *demi-rond en dehors* в сторону; на  $\frac{4}{4}$  — *passé* на  $90^\circ$  в attitude croisée, в заключение — *relevé* на полупальцы.

*En dedans* исполнить отдельно.

4. *Glissade en tournant* на  $\frac{1}{2}$  tour. Музыкальный размер  $\frac{4}{4}$ .

В позиция, правая нога впереди. За тактом *demi-plié*, на первую четверть — *glissade* с правой ноги на полупальцах в сторону, с полуповоротом направо. В заключение — *glissade*, правая нога остается впереди, левая рука на I, правая на II позиции. На вторую четверть опуститься на *demi-plié*. На третью четверть — *glissade* с левой ноги на полупальцах в сторону, с полуповоротом направо в исходную точку 1. В заключение — *glissade*, правая нога остается впереди, правая рука на I, левая на II позиции. На четвертую четверть опуститься на *demi-plié*. Движение исполняется восемь раз по прямой линии из точки 7 в точку 3.

5. *VI port de bras (grand port de bras)*.

Изучается на 2 такта, по  $\frac{4}{4}$  каждое; в конце года — на 1 такт.

6. *Большое adagio*. 12 тактов по  $\frac{4}{4}$ .

В позиция, правая нога впереди. На два вступительных аккорда руки открыть на II позицию, левую ногу согнуть возле положения *sur le cou-de-pied* сзади, носком в пол. Первый такт: опуститься на левое колено, руки закрыть — правую в III, левую на I позицию, корпус слегка склонить налево; на четвертую четверть быстро встать на правую ногу в I arabesque

в точку 2. Второй такт: plié в позе arabesque, шаг назад на левую ногу, правой — passé по I позиции назад и relevé в attitude croisée. Третий такт: из позы attitude — demi-rond en dedans в позу écartée назад. Четвертый такт: опустить работающую ногу в V позицию и исполнить développé с левой ноги в позу effacée вперед. Пятый такт: из позы effacée — demi-rond en dehors в позу écartée назад. Шестой такт: с écartée повернуться в I arabesque в точку 2. Седьмой такт: passé на 90° в позу croisée вперед. Восьмой такт: из позы croisée — demi-rond en dehors в позу écartée вперед. Девятый такт: passé по I позиции вперед на demi-plié и встать на левую ногу в позу croisée, правая нога сзади носком в пол. Десятый такт: relevé на 90° в IV arabesque. Одиннадцатый такт: опустить работающую ногу в V позицию на demi-plié и повернуться на полупальцах (в правую сторону). Двенадцатый такт: с правой ноги — sissonne tombée effacée вперед, встать на правую ногу в позу effacée назад носком в пол, руки на II и III позициях allongé.

### *Allegro*

#### *1. 8 тактов по 2/4.*

С правой ноги — два glissades в сторону с переменной ног, на 1/4 каждый; три glissades в сторону с переменной ног, на 1/8 каждый. Повторить четыре раза, с правой и с левой ноги по очереди.

#### *2. 4 такта по 4/4.*

V позиция, левая нога впереди. Glissade с правой ноги без перемены ног, assemblé в сторону, закончить — правая нога впереди, sissonne ouverte croisée вперед, assemblé. Каждый прыжок исполняется на 1/4. Повторить четыре раза, с правой и с левой ноги по очереди. То же сделать в обратном направлении.

#### *3. 4 такта по 4/4.*

С правой ноги — jeté с продвижением в сторону, temps levé; с левой ноги — jeté с продвижением croisée вперед, assemblé croisé назад. Повторить четыре раза. Каждый прыжок исполняется на 1/4. То же сделать в обратном направлении.

#### *4. 8 тактов по 4/4.*

Три ballonés croisé вперед, на 1/4 каждое; на 1/4 — assemblé в сторону; два grands échappés во II позицию, на 2/4 каждое. Повторить с другой ноги и исполнить в обратном направлении.

#### *5. 8 тактов по 2/4.*

Три pas de chat назад, на 1/4 каждое; на 1/4 — pas de bourrée с переменной ног en dehors. Повторить три раза с правой и с левой ноги по очереди. Два pas de chat вперед, на 1/4 каждое, и 2/4 — пауза.

*6. Changements de pieds en tournant. Музыкальный размер 2/4.*

а) На  $\frac{1}{8}$  поворота. V позиция, правая нога впереди. Первый прыжок с поворотом в точку 2, второй — с поворотом в точку 3 и далее: в точки 4, 5, 6, 7, 8 и 1, на  $\frac{1}{4}$  каждый.

б) На  $\frac{1}{4}$  поворота. Первый прыжок с поворотом в точку 3, второй в точку 5, и далее: в точку 7 и 1.<sup>1</sup>

7. 8 тактов по  $\frac{2}{4}$ .

Восемь *grands changements de pieds*, на  $\frac{1}{4}$  каждый; семь и еще раз семь *petits changements de pieds*, на  $\frac{1}{8}$  каждый.

### ЧЕТВЕРТЫЙ ПРИМЕР ЭКЗЕРСИСА НА ПАЛЬЦАХ

1. 16 тактов по  $\frac{2}{4}$ .

Четыре *relevés* в I позиции, на  $\frac{2}{4}$  каждое; восемь — на  $\frac{1}{4}$  каждое. То же повторить во II позиции.

2. 8 тактов по  $\frac{4}{4}$ .

Два *échappés* в IV позицию *croisée*, на  $\frac{2}{4}$  каждое; *double échappé* во II позицию с переменной ног, на  $\frac{4}{4}$ . Повторить четыре раза.

3. *Glissade en tournant* по  $\frac{1}{2}$  поворота.

Изучается так же, как на полупальцах.

4. 16 тактов по  $\frac{3}{4}$  (вальс).

V позиция, левая нога впереди. Движение по диагонали из точки 6 в точку 2. Семь *jetés fondus* вперед (начать с правой ноги), на 1 такт каждое. Седьмой раз на 1 такт — *tombé* вперед на левую ногу, правую открыть *écartée* вперед носком в пол в точку 2, корпус повернуть правым плечом в точку 2 и слегка наклонить к носку. 8 тактов: *pas de bourrée suivi* по диагонали вверх в точку 6, правая нога впереди, корпус направлен правым плечом в точку 2, левым — в точку 6, правая рука на I, левая — на II позиции.

5. 8 тактов по  $\frac{2}{4}$ .

Восемь *sissonnes simples* с правой и с левой ноги по очереди, с переменной ног назад; восемь — с переменной ног вперед, на  $\frac{1}{4}$  каждый.

6. *Préparation с V позиции для tours sur le cou-de-pied en dehors и en dedans.*

*En dehors.* V позиция, правая нога впереди. За тактом — *demi-plié*. На первую четверть вскочить на левую ногу на пальцы, правая *sur le cou-de-pied* впереди, руки — правая на I, левая — на II позиции; на вторую четверть, сохраняя положение рук, опуститься в V позицию на *demi-plié*; на третью четверть вскочить на пальцы на левую ногу, правая *sur le cou-de-pied* впереди, руки соединить в I позиции; на четвертую чет-

---

<sup>1</sup> Для лучшего усвоения прыжок *en tournant* можно чередовать с прыжком без поворота.

верть опуститься в V позицию на *demi-plié*, правую ногу поставить назад.

*En dedans*. V позиция, правая нога впереди. За тактом — *demi-plié*. На первую четверть вскочить на правую ногу на пальцы, левая *sur le sou-de-pied* сзади, руки — правая на I, левая на II позиции; на вторую четверть — *demi-plié* в V позиции; на третью четверть вскочить на пальцы на правую ногу, левая *sur le sou-de-pied* впереди, руки соединить в I позиции; на четвертую четверть опуститься в V позицию на *demi-plié*, левую ногу поставить вперед.

## Второе полугодие

### ПЯТЫЙ ПРИМЕР УРОКА

#### Экзерсис у палки

##### 1. 12 тактов по $\frac{1}{4}$ .

По два *grands pliés* в I, II, IV и V позициях, на  $\frac{1}{4}$  каждое; два *ports de bras* с перегибом корпуса, на 2 такта каждое.

##### 2. *Battements tendus*. 32 такта по $\frac{1}{4}$ .

Четыре *battements tendus* вперед, на четвертом — *demi-plié*. То же повторить в сторону, назад и в сторону. Два *battements tendus* вперед с правой ноги, два назад с левой ноги, четыре в сторону с правой ноги. Два *battements tendus* назад с правой ноги, два вперед с левой ноги, четыре в сторону с правой ноги, на  $\frac{1}{4}$  каждое. *Battements tendus jetés*: вперед семь, на  $\frac{1}{8}$  каждое, на седьмом — *demi-plié*. Так же исполнить в сторону, назад и в сторону. Семь *battements tendus jetés* в I позицию, на  $\frac{1}{8}$  каждое, повторить четыре раза.

##### 3. *Ronds de jambe par terre*. 16 тактов по $\frac{1}{4}$ .

На два вступительных аккорда — *réparation en dehors*. Четыре *ronds de jambe par terre*, на  $\frac{1}{4}$  каждый, закончить вперед на  $45^\circ$ ; на  $\frac{1}{4}$  провести работающую ногу в сторону, назад, по I позиции вперед на  $45^\circ$  и на  $\frac{1}{4}$  повторить это еще раз. То же исполнить *en dedans*. 2 такта — обвод на *plié en dedans* — *en dehors*; 2 такта — *port de bras* с растяжкой на *plié* и перегибом корпуса, закончить в V позицию *demi-plié* и на последнюю четверть — пополуоборот на полупальцах от палки.

##### 4. *Battements fondus* на $45^\circ$ . 32 такта по $\frac{1}{4}$ .

Два *doubles fondus*, два простых *fondus* вперед, на  $\frac{1}{4}$  каждое. То же повторить в сторону, назад и в сторону. *Frappés*: три вперед, на  $\frac{1}{4}$  каждое, на  $\frac{1}{4}$  — *coupé*, открыть левую ногу назад. Три *frappés* левой ногой назад, на  $\frac{1}{4}$  каждое, *coupé*, открыть правую ногу в сторону; три *frappés* и еще раз три *frappés* в сторону, на  $\frac{1}{8}$  каждое, и четыре *doubles frappés*, на  $\frac{1}{4}$  каждое. Повторить *frappés* в обратном направлении, начав правой ногой назад.

5. *Ronds de jambe en l'air. 8 тактов по 2/4.*

На два вступительных аккорда — *préparation temps relevé en dehors*. Два *ronds de jambe en l'air*, на  $\frac{1}{4}$  каждый, три — на  $\frac{1}{8}$  каждый. Повторить еще раз и исполнить *en dedans*.

6. *Petits battements sur le cou-de-pied. 8 тактов по 2/4.*

Восемь *petits battements*, на  $\frac{1}{4}$  каждый; шестнадцать — на  $\frac{1}{8}$  каждый.

7. *Battements développés. 16 тактов по 4/4.*

Первый такт: *relevé lent* на  $90^\circ$  в сторону. Второй такт: *demi-rond en dedans* вперед. Третий и четвертый такты: *passé* на  $90^\circ$ , *développé* в сторону и на полупальцах — *demi-rond* вперед, закончить в V позицию. Пятый такт: *relevé lent* на  $90^\circ$  в позу *effacé* вперед. Шестой такт: *demi-rond* в *écartée* назад. Седьмой и восьмой такты: *passé* на  $90^\circ$  в позу *effacée* вперед на полупальцах и *demi-rond* в *écartée* назад, закончить в V позицию. Девятый такт: *relevé lent* на  $90^\circ$  в сторону. Десятый такт: *demi-rond en dehors* назад. Одиннадцатый и двенадцатый такты: *passé* на  $90^\circ$ , *développé* в сторону на полупальцах и *demi-rond* назад. Тринадцатый такт: *relevé lent* на  $90^\circ$  в позу *effacée* назад. Четырнадцатый такт: *demi-rond* в *écartée* вперед. Пятнадцатый и шестнадцатый такты: *passé* на  $90^\circ$  в позу *effacée* назад на полупальцах и *demi-rond* в *écartée* вперед.

8. *Grands battements jetés pointés. 4 такта по 4/4.*

Три *grands battements pointés* и один в V позицию, в позы *effacée* вперед, *écartée* назад, *effacée* назад, и *écartée* вперед, на  $\frac{1}{4}$  каждый.

*Экзерсис на середине зала*

1. *Маленькое adagio. 8 тактов по 4/4.*

V позиция, правая нога впереди, левая рука на III, правая на II позиции. Первый такт: *grand plié* со II *port de bras*. Второй такт: IV *port de bras*. Третий такт: с левой ноги — *développé* в сторону и *demi-rond* в позу *croisée* вперед. Четвертый такт: *plié* в позе *croisée* и шаг вперед на левую ногу в позу *attitude croisée*. Пятый такт: *plié* в *attitude* и *pas de bourgée* с переменной ног *en dehors*. Шестой и седьмой такты: с правой ноги — *grand rond de jambe développé en dehors*, в заключение — *relevé* на  $90^\circ$  на полупальцы. Восьмой такт: с левой ноги — *relevé* на  $90^\circ$  в I *arabesque*, полупальцы.

2. *Battements tendus en tournant. Музыкальный размер 2/4.*

*En dehors*. V позиция, правая нога впереди. Первый *battement* в сторону, с поворотом в точку 2, второй *battement* в сторону без поворота, также в точку 2. Третий *battement* с поворотом в точку 3, четвертый *battement* без поворота в точку 3, и далее то же самое в точки 4, 5, 6, 7, 8 и 1, на  $\frac{1}{4}$  каждый *battement*. При исполнении *en dedans* правая нога предварительно находится в V позиции сзади, повороты делаются в точки 8, 7, 6, 5 и т. д.

3. *Tours sur le cou-de-pied* со II позиции *en dehors* и *en dedans*. Музыкальный размер  $\frac{4}{4}$ .

Движения распределяются на музыкальные доли так же, как в *préparation* к *tours* в первом полугодии. Все *demi-pliés* исполняются на первые четверти. К концу года все *demi-pliés* делаются за тактом, то есть на  $\frac{1}{8}$  перед первыми четвертями. *Tours* делаются на вторую и третью четверти второго такта

4. *Préparation* и *tour sur le cou-de-pied* с V позиции *en dehors* и *en dedans*. Музыкальный размер  $\frac{4}{4}$ .

5. *Ronds de jambe par terre* и *ronds de jambe en l'air*. 12 тактов по  $\frac{4}{4}$ .

На два вступительных аккорда — *préparation en dehors*. Восемь *ronds de jambe par terre*, на  $\frac{1}{4}$  каждый. Последний *rond de jambe* закончить подъемом на опорной ноге на полупальцы, работающую ногу открыть в сторону на  $45^\circ$ . Восемь *ronds de jambe en l'air en dehors*, на  $\frac{1}{4}$  каждый. Повторить все *en dedans*. 2 такта — обвод на *plié en dedans* — *en dehors* и *demi-rond en dedans*, на последнюю четверть вытянуть колено опорной ноги. 1 такт — *passé* по I позиции вперед носком в пол, одновременно повернуться *en dedans* в точку 6, руки через подготовительную и I позицию поднять в III позицию, 1 такт — поворот на опорной ноге *en dedans* к зеркалу, в позу III *arabesque* носком в пол.

6. *Battements soutenus*. 16 тактов по  $\frac{2}{4}$ .

Два *soutenus* в маленькой позе *croisée* вперед носком в пол, два *soutenus* на  $90^\circ$  в большой позе *croisée* вперед, на  $\frac{2}{4}$  каждое. То же исполнить в сторону, *croisée* назад и в сторону.

7. *Petits battements sur le cou-de-pied*. 8 тактов по  $\frac{2}{4}$ .

Четырнадцать *petits battements*, на  $\frac{1}{8}$  каждый; на  $\frac{1}{4}$  поставить работающую правую ногу в V позицию вперед и опуститься на *demi-plié*; четыре *glissades en tournant* по  $\frac{1}{2}$  поворота, в правую сторону, на  $\frac{2}{4}$  каждый.

8. *Большое adagio*. 12 тактов по  $\frac{4}{4}$ .

На два вступительных аккорда встать на правую ногу в большую позу *croisée* назад, носком в пол. Первый и второй такты: VI *port de bras* (*grand port de bras*). Третий такт: с левой ноги — *relevé* на  $90^\circ$  в позу III *arabesque*. Четвертый такт: *relevé* на полупальцы, закончить в V позицию. Пятый такт: с правой ноги — *développé* в сторону и, не опуская ноги, принять позу *écartée* назад. Шестой такт: *plié* в позу *écartée* и *pas de bourrée* с переменной ног *en dehors*. Седьмой такт: с левой ноги — *développé* в сторону и, не опуская ноги, принять позу *écartée* вперед. Восьмой такт: *plié* в позу *écartée* вперед и *pas de bourrée* с переменной ног *en dedans*. Девятый и десятый такты: с правой ноги — *développé effacée* вперед и *relevé* на полупальцы, закончить в V позицию. Одиннадцатый и двенадцатый такты: с левой ноги — *développé attitude effacée* и *relevé* на полупальцы.

## Allegro

### 1. 8 тактов по $\frac{4}{4}$ .

С правой ноги — *assemblé croisée* вперед, в сторону, *croisée* назад и в сторону, на  $\frac{1}{4}$  каждое; *écharré* в IV позицию *croisée*, *écharré* во II позицию с переменной ног, на  $\frac{2}{4}$  каждое. Повторить четыре раза, с правой и с левой ноги по очереди.

### 2. 4 такта по $\frac{4}{4}$ .

V позиция, левая нога впереди. С правой ноги — *glissade* в сторону без перемены ног; с правой ноги — *jeté* в сторону при окончании левая нога *sur le sol de-pied* сзади, правая рука на III, а левая на II позиции; исполнить *temps levé*, раскрыв правую руку на II позицию; *assemblé croisée* назад. Каждый прыжок исполняется на  $\frac{1}{4}$ . Повторить четыре раза, с правой и с левой ноги по очереди.

### 3. Музыкальный размер $\frac{2}{4}$ .

а) На  $\frac{1}{4}$  — *ballonné* в сторону с продвижением, на  $\frac{1}{4}$  — *assemblé*. Исполнить четыре раза, с правой и с левой ноги по очереди.

б) То же самое повторить в позах *effacée* вперед и назад.<sup>1</sup>

### 4. 8 тактов по $\frac{2}{4}$ или 16 тактов по $\frac{3}{4}$ (вальс).

С правой ноги — *sissonne tombée effacée* вперед, закончить в V позицию, левая нога впереди; с левой ноги — *sissonne tombée effacée* вперед, закончить в V позицию, правая нога впереди, на  $\frac{2}{4}$  каждый. На  $\frac{2}{4}$  — с правой ноги *pas de basque* вперед. При исполнении *demi-ronde en dehors* правая рука на III, левая на II позиции; на *pas de basque* правая рука открывается на II позицию, левая опускается в подготовительное положение и через I позицию в заключение прыжка поднимается в III. На  $\frac{2}{4}$  — два *petits changements de pieds*, опуская руки в подготовительное положение. Повторить с другой ноги. То же исполнить в обратном направлении.

### 5. *Echarrés battus*. Музыкальный размер $\frac{4}{4}$ .

На первую четверть — *demi-plié*; между первой и второй четвертью — прыжок; на вторую четверть окончить прыжок во II позицию на *demi-plié*; между второй и третьей четвертью — прыжок с *battu*; на третью четверть окончить прыжок в V позицию на *demi-plié*; на четвертую четверть вытянуть колени. Повторить восемь раз.

Изучается лицом к палке, по мере усвоения — на середине зала.

### 6. 8 тактов по $\frac{2}{4}$ .

На  $\frac{2}{4}$  — *grand écharré* во II позицию с переменной ног; два *grands changements de pieds*, на  $\frac{1}{4}$  каждый. Повторить четыре раза.

<sup>1</sup> Начиная с этого урока *ballonné* во всех направлениях исполняется только с продвижением.

7. 8 тактов по  $\frac{2}{4}$ .

Семь petits changements de pieds, на  $\frac{1}{4}$  каждый. Повторить четыре раза.

### ПЯТЫЙ ПРИМЕР ЭКЗЕРСИСА НА ПАЛЬЦАХ

1. 16 тактов по  $\frac{2}{4}$ .

Шесть relevés в I позиции, на  $\frac{2}{4}$  каждое; четыре — на  $\frac{1}{4}$  каждое. То же повторить во II позиции.

2. 8 тактов по  $\frac{4}{4}$ .

Два doubles échappés на II позицию, на  $\frac{4}{4}$  каждое, четыре échappés во II позицию с переменной ног, на  $\frac{2}{4}$  каждое. Два doubles échappés во II позицию, четыре échappés во II позицию en tournant по  $\frac{1}{4}$  поворота.

3. 16 тактов по  $\frac{3}{4}$  (вальс).

Два temps lié вперед, начать с правой ноги, на 4 такта каждое; три jetés на правую ногу в маленькой позе effacée назад с продвижением по диагонали вперед в точку 2, на 2 такта каждое. На третьем jeté — опуститься на правую ногу на plié, левую открыть назад на  $45^\circ$  в позу маленький II arabesque и на 2 такта — pas de bourrée с переменной ног en dehors. То же исполнить в обратном направлении.

4. 32 такта по  $\frac{2}{4}$ .

Четыре glissades en tournant по  $\frac{1}{2}$  поворота, на  $\frac{2}{4}$  каждый; два sissonnes simples с переменной ног назад, на  $\frac{2}{4}$  каждый; три sissonnes simples, на  $\frac{1}{4}$  каждый и  $\frac{1}{4}$  — пауза на demi-plié. Повторить четыре раза с правой и с левой ноги по очереди.

5. 8 тактов по  $\frac{6}{8}$ .

2 такта — с правой ноги pas de bourrée suivi по прямой линии направо, закончить на demi-plié, левая нога croisée вперед носком в пол. 2 такта — то же исполнить с левой ноги в левую сторону и на 2 такта с правой ноги в правую сторону, закончить в V позицию, левая нога впереди. 2 такта с левой ноги — pas de bourrée suivi вперед на croisée, plié в V позицию и pas de chat назад. (Pas de bourrée suivi исполнить в быстром темпе.)

### ШЕСТОЙ ПРИМЕР УРОКА

#### Экзерсис у палки

1. 16 тактов по  $\frac{4}{4}$ .

Два demi-pliés, два grands pliés, на  $\frac{4}{4}$  каждое, в I, II, IV и V позициях.

2. Battements tendus. 24 такта по  $\frac{2}{4}$ .



По два *battements tendus* вперед, в сторону, назад и в сторону, на  $\frac{1}{4}$  каждое; три *battements tendus doubles*, на  $\frac{2}{4}$  каждое, на третьем — *demi-plié* и на  $\frac{2}{4}$  — полный поворот на полупальцах к палке. Повторить в обратном направлении, начиная правой ногой назад, с полным поворотом от палки.

*Battements tendus jetés* по три вперед, в сторону, назад и в сторону, на  $\frac{1}{8}$  каждое. Повторить *jetés* еще раз.

3. *Ronds de jambe par terre et ronds de jambe en l'air*. 12 тактов по  $\frac{1}{4}$

На два вступительных аккорда — *préparation en dehors*. Четыре *ronds de jambe par terre*, на  $\frac{1}{4}$  каждый, три и еще раз три, на  $\frac{1}{8}$  каждый, четыре *ronds de jambe en l'air en dehors*, на  $\frac{1}{4}$  каждый, три и еще раз три, на  $\frac{1}{8}$  каждый. Повторить все *en dedans*. 2 такта — обвод на *plié en dehors — en dedans*; 2 такта — *port de bras* с перегибом корпуса, закончить в V позицию *demi-plié* и на последнюю четверть — полуповорот на полупальцах к палке.

4. *Battements fondus* на  $45^\circ$ . 8 тактов по  $\frac{1}{4}$ .

На  $\frac{2}{4}$  — *fondus* вперед, на  $\frac{2}{4}$  — *plié-relevé* с *demi-rond* в сторону. Повторить еще два раза. На  $\frac{4}{4}$  — *tour sur le cou-de-pied* с V позиции *en dehors*. Повторить *fondus* в обратном направлении с *tour en dedans*.

5. *Battements frappés* 16 тактов по  $\frac{2}{4}$ .

В сторону: три раза по три *frappés*, на  $\frac{1}{8}$  каждое, на  $\frac{1}{4}$  — полуповорот на правой ноге на полупальцах к палке с подменной ноги, в заключение открыть левую ногу в сторону на  $45^\circ$ , на  $\frac{1}{4}$  положение сохраняется. То же повторить с левой ноги, затем исполнить *frappés* с правой и с левой ноги, с полуповоротами от палки<sup>1</sup>.

6. *Petits battements sur le cou-de-pied* 8 тактов по  $\frac{2}{4}$ .

Двенадцать *petits battements*, на  $\frac{1}{8}$  каждый; на  $\frac{1}{4}$  — маленькая поза *effacée* вперед на *plié* носком в пол; на  $\frac{1}{4}$  подняться на опорной ноге на полупальцы, работающую ногу открыть в сторону на  $45^\circ$ . Повторить *petits battements* в обратном направлении и закончить маленькой позой *effacée* назад носком в пол на *plié*.

7. *Battements développés*. 16 тактов по  $\frac{1}{4}$ .

Первый такт: *développé* в сторону. Второй такт: *plié*, вытянуть колено опорной ноги, работающая сохраняет положение на  $90^\circ$ . Третий такт *demi-rond* вперед. Четвертый такт *relevé* на полупальцы, закончить в V позицию. Пятый такт *développé* в позу *croisée* вперед. Шестой такт *plié*, вытянуть колено опорной ноги, сохраняя позу *croisée*. Седьмой такт *demi-rond* в сторону. Восьмой такт *relevé* на полупальцы, закончить в V по-

---

<sup>1</sup> Полуповороты с подменной ноги на полупальцах рекомендуется сначала разучить отдельно, затем присоединить их к *battements frappés*, *ronds de jambe en l'air* и т. п.

зицию. Девятый и десятый такты: *développé* в сторону, *plié*, вытянуть колено опорной ноги. Одиннадцатый и двенадцатый такты: *demi-rond* назад и *relevé* на полупальцы, закончить в V позицию. Тринадцатый и четырнадцатый такты: *développé attitude croisée*, *plié*, вытянуть колено опорной ноги. Пятнадцатый и шестнадцатый такты: *demi-rond* в сторону и *relevé* на полупальцы.

8. *Grands battements jetés*. 16 тактов по  $\frac{2}{4}$ .

По четыре *grands battements* вперед, в сторону, назад и в сторону, на  $\frac{1}{4}$  каждый. Два *grands battements* вперед, на  $\frac{1}{4}$  каждый; на третьем *battement* задержать работающую ногу в воздухе на  $90^\circ$  на протяжении  $\frac{3}{8}$  и на  $\frac{1}{4}$  опустить работающую ногу в V позицию. То же исполнить в сторону, назад и в сторону.

*Экзерсис на середине зала*

1. *Маленькое adagio u battements tendus*. 8 тактов по  $\frac{4}{4}$ .

Первый такт: *grand plié* во II позиции, при окончании правая рука на III, левая на II позиции. Второй такт: вернуться и встать на правую ногу в позу II *arabesque*, левая сзади носком в пол. Третий такт: *relevé* на  $90^\circ$  в позе II *arabesque*. Четвертый и пятый такты: провести работающую левую ногу в сторону на  $90^\circ$ , *relevé* на полупальцы, закончить в V позицию вперед. Шестой такт: с правой ноги — *développé* в сторону и *demi-rond* назад. Седьмой такт: *passé* на  $90^\circ$  в позу *effacée* вперед и *relevé* на полупальцы. Восьмой такт: опустить работающую ногу в V позицию вперед, сохраняя *épaulement effacée*, и принять позу *effacée* назад на правой ноге на *plié*, левая сзади носком в пол, левая рука на III, правая на II позиции *allongé*.

*Battements tendus*: 8 тактов по  $\frac{4}{4}$ . С правой ноги — два вперед, с левой — два назад; с правой — четыре в сторону *en tournant en dehors*, на  $\frac{1}{8}$  поворота каждое. С правой ноги — два вперед, с левой — два назад (находясь лицом в точку 5), с правой — четыре в сторону *en tournant en dehors* на  $\frac{1}{8}$  поворота, на  $\frac{1}{4}$  каждое. *Battements tendus jetés*: по три вперед, в сторону, назад и в сторону, повторить еще раз, на  $\frac{1}{8}$  каждое. 2 такта — *préparation* со II позиции для *tour sur le cou-de-pied en dedans*; 2 такта — *tour* со II позиции *en dedans*.

2. *Ronds de jambe par terre en tournant*. 12 тактов по  $\frac{4}{4}$ .

На два вступительных аккорда — *préparation en dehors*. Восемь *ronds de jambe par terre en face*, восемь *en tournant en dehors*, поворачиваясь на первом *rond de jambe* в точку 2, на втором — в точку 3 и далее в точки 4, 5, 6, 7, 8 и 1, на  $\frac{1}{8}$  каждый. То же повторить *en dedans*. 2 такта — обвод на *plié en dedans* — *en dehors*, закончить в большой позе *croisée* назад носком в пол, на вытянутой опорной ноге; 2 такта — *grand port de bras* (VI).

### 3. *Battements fondus* на 45°. 16 тактов по $\frac{2}{4}$ .

Три *fondus* в маленькой позе *effacée* вперед, на  $\frac{2}{4}$  каждое, на  $\frac{2}{4}$  — *tombé* вперед в позу I *arabesque* на 45° и *pas de bourrée* с переменной ног *en dehors*. Повторить четыре раза, с правой и с левой ноги по очереди. То же исполнить в обратном направлении.

### 4. *Battements frappés*. 8 тактов по $\frac{4}{4}$ .

С правой ноги — семь *frappés* в маленькой позе *effacée* вперед, на  $\frac{1}{4}$  каждое; на  $\frac{1}{4}$  — *soupiré*, открыв левую ногу *effacée* назад на 45°; семь *frappés* с левой ноги в маленькой позе *effacée* назад, на  $\frac{1}{4}$  каждое, на  $\frac{1}{4}$  — *soupiré*, открыв правую ногу в сторону на 45°; с правой ноги четыре *frappés* в сторону, на  $\frac{1}{4}$  каждое, три и еще раз три, на  $\frac{1}{8}$  каждое; на  $\frac{4}{4}$  — *tour sur le sou-de-pied en dedans* с V позиции в правую сторону; на  $\frac{4}{4}$  — шаг с левой ноги вперед в V позицию на полупальцы, левую руку поднять на I, правую в III позицию. Положение рук аналогично положению в *arabesque*.

### 5. *Tours glissades en tournant*. Музыкальный размер $\frac{2}{4}$ .

а) Исполняются по прямой линии, с правой ноги — из точки 7 в точку 3, с левой ноги — из точки 3 в точку 7.

б) По прямой линии из точки 5 в точку 1, с правой и с левой ноги, на  $\frac{2}{4}$  каждый *tour*.<sup>1</sup>

### 6. *Préparation* для *tours* с IV позиции *en dehors* и *en dedans*. Музыкальный размер $\frac{4}{4}$ .

а) *En dehors*. На два вступительных аккорда встать с V позиции в IV *croisée* в *préparation en dehors*, левая нога впереди. На первую четверть — *demi-plié*; на вторую четверть вскочить на левую ногу на полупальцы, правая *sur le sou-de-pied* впереди; на третью четверть положение сохраняется, на четвертую четверть опуститься в V позицию на *demi-plié*, правая нога сзади.

б) На первую четверть — *demi-plié* в V позиции; на вторую четверть вскочить на левую ногу на полупальцы, правая *sur le sou-de-pied* впереди, одновременно повернуться в точку 2; на третью четверть положение сохраняется, на четвертую четверть опуститься в IV позицию *croisée*, *demi-plié* на левой ноге, правая вытянута в колене и ставится сзади на всю ступню. На следующие  $\frac{4}{4}$  — *plié* на двух ногах и *préparation*, как описано в пункте «а». *Préparation en dedans* музыкально исполняется так же.<sup>2</sup>

### 7. *Большое adagio*. 12 тактов по $\frac{4}{4}$ .

<sup>1</sup> Эти *tours* носят еще другое название: *tours soutenus en dedans*. Термин *soutenu* только определяет сильную натянутость ног при поворотах в V позиции; по существу же эти *tours* являются типичными *glissades en tournant*, с которых и начинается каждый *tour*.

<sup>2</sup> В конце учебного года все *demi-plié* делаются за тактом. Таким образом увеличивается длительность выдержки на полупальцах, которая приходится на первую, вторую и третью четверти.

Первый такт: с правой ноги — glissade croisée вперед, с левой — croisée назад и relevé на полупальцы. Второй такт: с правой ноги — développé вперед и demi-rond в сторону. Третий и четвертый такты: поворот в I arabesque, снова поворот в сторону и relevé на полупальцы, закончить в V позицию. Пятый и шестой такты: с левой ноги — développé в позу écartée назад и demi-rond в III arabesque. Седьмой такт: из III arabesque принять позу IV arabesque и опуститься на plié. Восьмой такт: поставить работающую ногу в V позицию и сделать développé с правой ноги в сторону. Девятый такт: demi-rond назад и relevé на полупальцы, закончить в V позицию. Десятый такт: с левой ноги — шаг вперед в большую позу croisée назад носком в пол, левая рука на III, правая на II позиции, затем открыть левую руку на II позицию, правую поднять в III. Одиннадцатый и двенадцатый такты: grand port de bras.

### *Allegro*

#### *1. 8 тактов по $\frac{2}{4}$ .*

Четыре doubles assemblés с продвижением вперед, четыре с продвижением назад, на  $\frac{2}{4}$  каждое.

#### *2. 8 тактов по $\frac{2}{4}$ .*

На  $\frac{1}{4}$  — jeté в сторону с окончанием sur le cou-de-pied сзади; два temps levé, на  $\frac{1}{8}$  каждое. Повторить четыре раза, сделать coupé и исполнить в обратном направлении.

#### *3. 4 такта по $\frac{4}{4}$ .*

С правой ноги — два ballonnés в позе effacée вперед, на  $\frac{1}{4}$  каждое; на  $\frac{1}{4}$  — jeté с продвижением на effacée вперед (в заключение jeté левая нога вытянута сзади на  $45^\circ$ ) и на  $\frac{1}{4}$  — pas de bourrée с переменной ног en dehors; с правой ноги — два sissonnes tombées croisées назад, на  $\frac{2}{4}$  каждое. Повторить все с другой ноги. То же исполнить в обратном направлении.

#### *4. 8 тактов по $\frac{2}{4}$ или 16 тактов по $\frac{3}{4}$ (вальс).*

На  $\frac{1}{4}$  — pas de chat вперед, на  $\frac{1}{4}$  — pas de bourrée с переменной ног en dehors. Исполнить восемь раз. Во время исполнения первых четырех pas de chat руки — в маленькой позе (по заданию педагога), при исполнении следующих pas de chat руки каждый раз поднимать в III позицию и на pas de bourrée опускать в подготовительное положение.

#### *5. Changements de pieds en tournant по $\frac{1}{2}$ поворота. Музыкальный размер $\frac{4}{4}$ .*

На первую четверть — demi-plié; между первой и второй четвертью — прыжок с поворотом в воздухе; на вторую четверть закончить прыжок на demi-plié; на третью и четвертую четверти вытянуть колени. Повторить четыре раза с поворотами в правую сторону и четыре раза в левую.

#### *6. Tour в воздухе (tour en l'air) для мужского класса. Музыкальный размер $\frac{4}{4}$ .*

V позиция, правая нога впереди. За тактом — *demi-plié*; на первую четверть — *relevé* на полупальцы в V позицию (*préparation*); на вторую четверть — *demi-plié*; между второй и третьей четвертью — *tour en l'air* в правую сторону; на третью четверть закончить прыжок на *demi-plié*, на четвертую вытянуть колени. Следующий такт переменить ногу путем *battement tendu* для повторения *tour* в правую сторону.

#### 7. *Échappé battu*.

Исполняется так же, как в пятом примере урока, на  $\frac{4}{4}$  каждое, по мере усвоения на  $\frac{2}{4}$ .

#### 8. *Roqué*. Музыкальный размер $\frac{4}{4}$ .

Разучивается лицом к палке. На первую четверть — *demi-plié*; между первой и второй четвертью — прыжок и заноска; на вторую четверть — окончание прыжка в V позицию на *demi-plié*; на третью и четвертую четверти вытянуть колени. Повторить восемь раз.<sup>1</sup>

#### 9. 4 такта по $\frac{2}{4}$ .

Шестнадцать *petits changements de pieds*, на  $\frac{1}{8}$  каждый.

### ШЕСТОЙ ПРИМЕР

### ЭКЗЕРСИСА НА ПАЛЬЦАХ

#### 1. 16 тактов по $\frac{2}{4}$ .

Три *relevés* в V позиции, на  $\frac{2}{4}$  каждое; на  $\frac{2}{4}$  — *échappé* во II позицию с переменной ног. Повторить четыре раза, с правой и с левой ноги по очереди.

#### 2. 8 тактов по $\frac{4}{4}$ .

Четыре *sus-sous* с продвижением вперед в маленькой позе *croisée*, на  $\frac{2}{4}$  каждое; на  $\frac{4}{4}$  — *double échappé* во II позицию без перемены ног; два *échappés* во II позицию с переменной ног *en tournant*, по  $\frac{1}{4}$  поворота, на  $\frac{2}{4}$  каждое. Четыре *sus-sous* с продвижением назад, спиной к точке 1, в маленькой позе *croisée*, на  $\frac{2}{4}$  каждое; на  $\frac{4}{4}$  — *double échappé* во II позицию и два *échappés* во II позицию *en tournant*, по  $\frac{1}{4}$  поворота, на  $\frac{2}{4}$  каждое.

#### 3. 8 тактов по $\frac{4}{4}$ .

Четыре *sissonnes simples* с переменной ног назад, на  $\frac{2}{4}$  каждый, четыре — на  $\frac{1}{4}$  каждый;  $\frac{4}{4}$  — *pas sougé* вперед в I позиции. Все повторить.

#### 4. 8 тактов по $\frac{2}{4}$ .

*Sissonnes simples en tournant*, по  $\frac{1}{4}$  поворота, на  $\frac{2}{4}$  каждый: восемь *sissonnes* с правой ноги в правую сторону и отдельно с левой ноги в левую сторону.

<sup>1</sup> Перед тем как начать разучивать *roqué* и *entrechat-quatre*, рекомендуется тренировать подготовку к заноскам: прыжок из V позиции с небольшим и быстрым приоткрыванием ног в воздухе в сторону и быстрым закрыванием их в V позицию на *demi-plié*.

5. *Préparation u tour c V позиции en dehors u en dedans.*  
*Музыкальный размер  $\frac{4}{4}$ .*

За тактом — demi-plié. На первую четверть вскочить на пальцы на опорную ногу, другая sur le cou-de-pied впереди, руки в I и II позиции — préparation; на вторую четверть — demi-plié в V позиции; на третью четверть — tour, на четвертую — окончание tour в V позиции на demi-plié. Повторить с каждой ноги по четыре раза en dehors и по четыре раза en dedans.

## СЕДЬМОЙ ПРИМЕР УРОКА

### Экзерсис у палки

1. *16 тактов по  $\frac{4}{4}$ .*

Два grands pliés, два relevés на полупальцы, на  $\frac{4}{4}$  каждое, в I, II, IV и V позициях.

2. *Battements tendus. 24 такта по  $\frac{2}{4}$ .*

По восемь battements tendus вперед, в сторону, назад и в сторону, на  $\frac{1}{4}$  каждое. Battements tendus jetés: вперед четыре, на  $\frac{1}{8}$  каждое, на четвертом jeté задержать работающую ногу в воздухе на  $45^\circ$  на протяжении  $\frac{1}{8}$ . Следующие четыре jetés начать с  $45^\circ$ . То же повторить в сторону, назад и в сторону.

3. *Ronds de jambe par terre. 12 тактов по  $\frac{4}{4}$ .*

На два вступительных аккорда — préparation en dehors. Шесть ronds de jambe par terre, на  $\frac{1}{4}$  каждый; на  $\frac{2}{4}$  — préparation en dehors; два ronds de jambe par terre, на  $\frac{1}{4}$  каждый, три на  $\frac{1}{8}$  каждый, два на  $\frac{1}{4}$  каждый, три на  $\frac{1}{8}$  каждый. То же повторить en dedans. 2 такта — обвод на plié en dedans — en dehors; 2 такта — port de bras с растяжкой на plié и перегибом корпуса, закончить в V позицию demi-plié и на последнюю четверть — полуповорот на полупальцах от палки.

4. *Battements soutenus на  $90^\circ$ . 24 такта по  $\frac{2}{4}$ .*

Два soutenus на  $90^\circ$  в позе effacée вперед, два в позе écartée назад, два в позе effacée назад и два в сторону, на  $\frac{2}{4}$  каждое; на последнем soutenu опустить работающую ногу с  $90^\circ$  на  $45^\circ$ , одновременно подняться на опорной ноге на полупальцы. Fgarrés: два вперед, на  $\frac{1}{4}$  каждое, три — на  $\frac{1}{8}$  каждое. То же повторить в сторону, назад и в сторону. Doubles fgarrés: восемь в сторону, на  $\frac{1}{4}$  каждое. 4 такта: опустить работающую ногу в V позицию вперед и сделать port de bras с перегибом корпуса.

5. *Ronds de jambe en l'air. 8 тактов по  $\frac{4}{4}$ .*

На два вступительных аккорда — préparation temps relevé en dehors. Два ronds de jambe en l'air, на  $\frac{1}{4}$  каждый, три — на  $\frac{1}{8}$  каждый. Повторить еще раз. На  $\frac{4}{4}$  — tour sur le cou-de-pied en dehors с V позиции, в заключение открыть работающую

ногу в сторону на  $45^\circ$ . Три ronds de jambe en l'air en dehors, на  $\frac{1}{4}$  каждый, третий rond de jambe закончить в маленькую позу effacée вперед на plié носком в пол, и на  $\frac{1}{4}$  подняться на полупальцы, работающую ногу открыть в сторону на  $45^\circ$ . Повторить все en dedans.

6. *Petits battements sur le cou-de-pied. 16 тактов по  $\frac{2}{4}$ .*

Двенадцать petits battements, на  $\frac{1}{8}$  каждый, на  $\frac{2}{4}$  — маленькая поза croisée вперед на plié носком в пол. Повторить двенадцать petits battements и на  $\frac{2}{4}$  исполнить маленькую позу effacée вперед на plié носком в пол. Повторить petits battements назад с маленькими позами croisée и effacée назад.

7. *Battements développés. 8 тактов по  $\frac{4}{4}$ .*

Первый и второй такты: développé вперед, подняться на полупальцы, demi-rond в сторону и demi-rond вперед, закончить в V позицию. Третий и четвертый такты: développé в сторону, подняться на полупальцы, demi-rond вперед и demi-rond в сторону, закончить в V позицию. Пятый и шестой такты: développé назад, подняться на полупальцы, demi-rond в сторону и demi-rond назад, закончить в V позицию. Седьмой и восьмой такты: développé в сторону, подняться на полупальцы, demi-rond назад и demi-rond в сторону.

8. *Grands battements jetés. 8 тактов по  $\frac{2}{4}$ .*

По четыре grands battements вперед, в сторону, назад и в сторону, на  $\frac{1}{4}$  каждый.

### Экзерсис на середине зала

1. *Маленькое adagio и battements tendus. 8 тактов по  $\frac{4}{4}$ .*

Первый и второй такты: два grands pliés в I позиции. Третий и четвертый такты: с правой ноги — développé в сторону, passé на  $90^\circ$  вперед, relevé на полупальцы, закончить в V позицию. Пятый и шестой такты: с правой ноги — développé в сторону, passé на  $90^\circ$  назад, relevé на полупальцы, закончить в V позицию. Седьмой и восьмой такты: с левой ноги — grand rond de jambe développé en dehors, в заключение — relevé на полупальцы. Battements tendus: 8 тактов по  $\frac{4}{4}$ . С правой ноги — по два battements tendus в demi-plié вперед, в сторону, назад и в сторону, на  $\frac{1}{4}$  каждое; с левой ноги — восемь en tournant en dedans по  $\frac{1}{8}$  поворота, на  $\frac{1}{4}$  каждое. Battements tendus jetés: с правой ноги — по три в маленькой позе croisée вперед, в сторону, croisée назад и в сторону, на  $\frac{1}{8}$  каждое; шестнадцать в I позицию, на  $\frac{1}{8}$  каждое. 2 такта — préparation со II позиции для tour sur le cou-de-pied en dehors; 2 такта — tour со II позиции en dehors.

2. *Battements fondus на  $45^\circ$ . 16 тактов по  $\frac{2}{4}$ .*

На  $\frac{2}{4}$  — fondu в маленькой позе effacée вперед, на  $\frac{2}{4}$  — plié-relevé. Повторить еще раз. То же исполнить в маленькой позе écartée назад и effacée назад. На  $\frac{2}{4}$  — одно fondu в сто-

рону; два frappés, на  $\frac{1}{4}$  каждое, три и еще раз три, на  $\frac{1}{8}$  каждое.

3. *Ronds de jambe en l'air. 4 такта по  $\frac{1}{4}$ .*

На  $\frac{1}{4}$  — tour sur le cou-de-pied en dehors с V позиции, в заключение открыть работающую ногу в сторону на  $45^\circ$ . Четыре ronds de jambe en l'air en dehors, на  $\frac{1}{4}$  каждый, три и еще раз три, на  $\frac{1}{8}$  каждый. Последний rond de jambe закончить на plié и на  $\frac{1}{4}$  сделать pas de bourrée dessous-dessus. То же исполнить en dedans, в заключение — pas de bourrée dessus-dessous.

4. *Petits battements sur le cou-de-pied. 8 тактов по  $\frac{2}{4}$ .*

Двенадцать petits battements, на  $\frac{1}{8}$  каждый; на  $\frac{2}{4}$  — маленькая поза croisée вперед на plié носком в пол. Повторить двенадцать petits battements; на  $\frac{1}{4}$  исполнить маленькую позу effacée назад на plié носком в пол и на  $\frac{1}{4}$  сделать pas de bourrée с переменной ног en dehors.

5. *Préparation для tours с IV позиции en dehors и en dedans.*

Исполняются так же, как в шестом примере урока.

6. *Grands battements jetés pointés. 8 тактов по  $\frac{2}{4}$ .*

Три grands battements pointés в позе croisée вперед, четвертый battement в V позицию, на  $\frac{1}{4}$  каждый. То же повторить в сторону и в позах III и IV arabesque.

7. *Tours glissades en tournant.<sup>1</sup> 8 тактов по  $\frac{2}{4}$ .*

Восемь tours по прямой линии из точки 5 в точку 1, начать с правой ноги, на  $\frac{2}{4}$  каждый. Последний tour закончить в V позицию, правая нога сзади. Повторить с левой ноги.

## *Allegro*

1. *16 тактов по  $\frac{2}{4}$ .*

V позиция, правая нога впереди. С правой ноги — три glissades в сторону с переменной ног, на  $\frac{1}{4}$  каждый; на  $\frac{1}{4}$  — assemblé в сторону (переменить правую ногу вперед); échappé в IV позицию croisée и échappé с переменной ног на II позицию, на  $\frac{2}{4}$  каждое. Повторить все четыре раза, с правой и с левой ноги по очереди. То же исполнить в обратном направлении. Glissades в правую сторону начать с правой ноги, находящейся в исходном положении в V позиции сзади.

2. *8 тактов по  $\frac{2}{4}$ .*

Sissonne ouverte в маленькой позе écartée назад, assemblé, закрыть ногу в V позицию сзади; два sissonnes fermées с продвижением вперед, в маленькой позе croisée назад. Каждый прыжок исполняется на  $\frac{1}{4}$ . Повторить четыре раза, с правой и с левой ноги по очереди. То же исполнить в обратном направлении.

3. *8 тактов по  $\frac{2}{4}$ .*

---

<sup>1</sup> В виде исключения в этом уроке вместо большого adagio исполняются tours glissades en tournant



Три *jetés* с продвижением вперед в маленькой позе *croisée*, на  $\frac{1}{4}$  каждое; на  $\frac{1}{4}$  — *assemblé croisée* назад. Перед вторым и третьим *jeté* сделать короткое *soupiré*. *Écharré* во II позицию без перемены ног и *écharré battu* с переменной ног, на  $\frac{2}{4}$  каждое. Повторить с другой ноги. То же исполнить в обратном направлении.

4. 8 тактов по  $\frac{4}{4}$ .

Три *ballonnés* в сторону, на  $\frac{1}{4}$  каждое; на  $\frac{1}{4}$  — *assemblé* в сторону; два *grands écharrés* во II позицию с переменной ног, на  $\frac{2}{4}$  каждое. Повторить четыре раза, с правой и с левой ноги по очереди.

5. 8 тактов по  $\frac{4}{4}$ .

Три *écharrés battus*, на  $\frac{2}{4}$  каждое; на  $\frac{1}{4}$  вытянуть колени; на  $\frac{1}{4}$  — *demi-plié* для следующих *écharrés*. Повторить четыре раза.

6. *Royale* на середине зала. Музыкальный размер  $\frac{4}{4}$ .

Исполняется так же, как в шестом примере урока.

7. *Entrechat-quatre*.

Разучивается лицом к палке, по мере усвоения — на середине зала, на  $\frac{4}{4}$  каждый.

8. *Tour* в воздухе для мужского класса.

Исполняется так же, как в шестом примере урока.

9. 16 тактов по  $\frac{3}{4}$  (вальс).

Три *pas de chat* назад с правой ноги, на 1 такт каждое; на 1 такт — *pas de bourrée* с переменной ног *en dehors*. Повторить с левой ноги. Четыре *balancés* в позе маленького II *arabesque*, на 1 такт каждое; 4 такта: сценический *sissonne* на правую ногу в I *arabesque* и сценический бег вперед в точку 2.

10. 8 тактов по  $\frac{2}{4}$ .

Семь *petits changements de pieds*, на  $\frac{1}{8}$  каждый. Повторить четыре раза.

## СЕДЬМОЙ ПРИМЕР ЭКЗЕРСИСА НА ПАЛЬЦАХ

1. 8 тактов по  $\frac{2}{4}$ .

Восемь *relevés* в I позиции, на  $\frac{2}{4}$  каждое, на восьмом *relevé* остаться на пальцах, не опускаясь на *demi-plié*. То же повторить во II позиции.

2. 16 тактов по  $\frac{2}{4}$ .

Два *pas de bourrée* с переменной ног *en dehors*, четыре *pas de bourrée ballotté* на *croisée*, шаг назад в V позицию на пальцы, *plié-relevé* в V позиции и *dégagé* в сторону; четыре *pas de bourrée dessus-dessous*, шаг в сторону в V позицию на пальцы, *plié-relevé* в V позиции, *soupiré* впереди и два *pas de bourrée* с переменной ног *en dedans*. Каждое *pas de bourrée, relevé* с *dégagé* и *relevé* с *soupiré* исполнить на  $\frac{2}{4}$ .

3. 8 тактов по  $\frac{4}{4}$ .

Два *échappés* во II позицию с окончанием на одну ногу (*sur le sou-de-pied* сзади), на  $\frac{1}{4}$  каждое, с правой и с левой ноги. Четыре *sissonnes simples en tournant*, по  $\frac{1}{4}$  поворота в правую сторону, на  $\frac{2}{4}$  каждый. Два *échappés* во II позицию, с окончанием на одну ногу (*sur le sou-de-pied* впереди), на  $\frac{1}{4}$  каждое: четыре *sissonnes simples en tournant*, по  $\frac{1}{4}$  поворота в правую сторону.

4. 8 тактов по  $\frac{2}{4}$ .

Движение по диагонали из точки 6 в точку 2. 2 такта: *dé-gagé* на  $45^\circ$  правой ногой и *pas de bourrée suivi*, правая нога впереди, в положении *écartée* вперед, правым плечом в точку 2, левым в точку 6. Руки из подготовительного положения постепенно поднять — правую в III, левую на II позицию *allongé*. 2 такта: четыре *sissonnes simples* с правой ноги, правым плечом в точку 2 в положении *écartée* вперед с переменной правой ноги в V позицию назад — вперед — назад — вперед, на  $\frac{1}{4}$  каждый. Все повторить. Комбинация исполняется в быстром темпе.

5. *Changements de pieds*. Музыкальный размер  $\frac{2}{4}$ .

На два вступительных аккорда сделать *demi-plié* и вскочить на пальцы. Четыре *changements de pieds*, на  $\frac{1}{4}$  каждый. На четвертом *changement de pied* опуститься с пальцев на обе ступни на *demi-plié*. Повторить еще раз.<sup>1</sup>

## ВОСЬМОЙ ПРИМЕР УРОКА

### Экзерсис у палки

1. 16 тактов по  $\frac{1}{4}$ .

Два *demi-pliés*, на  $\frac{2}{4}$  каждое; два *grands pliés*, на  $\frac{1}{4}$  каждое; на  $\frac{1}{4}$  — одно *relevé* на полупальцы в I, II, IV и V позициях.

2. *Battements tendus*. 24 такта по  $\frac{2}{4}$ .

Четыре *battements tendus* вперед, на  $\frac{1}{4}$  каждое; пятое *battement tendu* исполнить с полуповоротом к палке с подменной ноги на  $\frac{1}{4}$ , раскрыть в заключение левую ногу вперед носком в пол; на  $\frac{1}{4}$  положение сохраняется; на  $\frac{1}{4}$  — полуповорот к палке с подменной ноги, раскрыть в заключение правую ногу вперед носком в пол; на  $\frac{1}{4}$  положение сохраняется. Восемь *battements tendus* в сторону, на  $\frac{1}{4}$  каждое. Повторить в обратном порядке, начав правой ногой назад, с полуповоротами от палки. *Battements tendus jetés*: в сторону семь, на  $\frac{1}{8}$  каждое, на седьмом — *demi-plié*, повторить четыре раза.

3. *Ronds de jambe par terre*. 12 тактов по  $\frac{1}{4}$ .

На два вступительных аккорда — *préparation en dehors*. Шесть *ronds de jambe par terre*, на  $\frac{1}{4}$  каждый; три — на  $\frac{1}{8}$  каждый, закончить вперед носком в пол; на  $\frac{1}{4}$  — *relevé lent*

<sup>1</sup> К изучению *changements de pieds* рекомендуется подходить постепенно, задавая вначале не более четырех прыжков подряд, по мере усвоения — шесть прыжков и к концу года — восемь.

на 90° на полупальцах; на  $\frac{1}{4}$  — demi-rond в сторону и опустить работающую ногу носком в пол во II позицию. То же повторить en dedans с relevé на 90° назад и demi-rond в сторону. 2 такта — обвод на plié en dehors — en dedans, закончить в V позицию, колени вытянуть; 2 такта — port de bras с перегибом корпуса.

4. *Battements fondus на 45°. 12 тактов по  $\frac{1}{4}$ .*

Double fondu вперед, double fondu вперед с demi-rond в сторону, на  $\frac{2}{4}$  каждое. Повторить еще раз. Double fondu назад, double fondu назад с demi-rond в сторону, на  $\frac{2}{4}$  каждое. Повторить еще раз. Frappés: в сторону два, на  $\frac{1}{4}$  каждое; три — на  $\frac{1}{8}$  каждое, два — на  $\frac{1}{4}$  каждое и на  $\frac{2}{4}$  — маленькая поза effacée вперед на plié поском в пол. Повторить frappés и исполнить маленькую позу effacée назад на plié носком в пол. Четыре doublés frappés в сторону, на  $\frac{1}{4}$  каждое; на  $\frac{1}{4}$  — полуповорот на полупальцах к палке с подменной ноги, в заключение открыть левую ногу в сторону на 45°; на  $\frac{1}{4}$  положение сохраняется; на  $\frac{2}{4}$  опуститься в V позицию, левая нога сзади; на  $\frac{1}{4}$  — с левой ноги relevé на 90° в позу II arabesque; на  $\frac{1}{4}$  — relevé на полупальцы в позу arabesque.

5. *Ronds de jambe en l'air. 4 такта по  $\frac{1}{4}$ .*

На два вступительных аккорда — préparation temps relevé en dehors. Шесть ronds de jambe en l'air, на  $\frac{1}{4}$  каждый; на  $\frac{1}{4}$  — demi-plié в V позиции, работающую ногу поставить сзади; на  $\frac{1}{4}$  подняться на опорной ноге на полупальцы, работающую ногу открыть в сторону на 45°. Повторить en dedans. На demi-plié в V позиции работающую ногу поставить впереди.

6. *Petits battements sur le cou-de-pied. 16 тактов по  $\frac{2}{4}$ .*

Двенадцать petits battements, на  $\frac{1}{8}$  каждый; на  $\frac{1}{4}$  — tombé на plié на работающую правую ногу к V позиции впереди, левая sur le cou-de-pied сзади; на  $\frac{1}{4}$  — полуповорот на полупальцах к палке, левая нога переводится sur le cou-de-pied вперед. Продолжать petits battements и tombé с полуповоротом к палке с левой ноги; затем то же повторить с правой и с левой ноги с полуповоротами от палки. (Эта комбинация исполняется сначала с правой, потом с левой ноги без остановки.)

7. *Battements développés. 8 тактов по  $\frac{1}{4}$ .*

Первый и второй такты: grand rond de jambe développé en dehors. Третий и четвертый такты: passé на 90° на полупальцах в позу effacée вперед и passé на 90° в attitude effacée. Пятый, шестой, седьмой и восьмой такты — повторить все en dedans.

8. *Grands battements jetés. 8 тактов по  $\frac{2}{4}$ .*

По четыре grands battements в позах effacée вперед, écartée назад, II arabesque и écartée вперед, на  $\frac{1}{4}$  каждый.

*Экзерсис на середине зала*

1. *Маленькое adagio и battements tendus. 8 тактов по  $\frac{1}{4}$ .*

Первый и второй такты: grand plié в V позиции (правая

нога впереди), при окончании правая рука на II, левая в III позиции; IV port de bras. Третий и четвертый такты: с правой ноги — grand rond de jambe développé en dehors и passé на 90° на полупальцах. Пятый такт: développé écartée вперед на всей ступне, закончить в V позицию, правая нога впереди. Шестой и седьмой такты: с левой ноги — grand rond de jambe développé en dedans и passé на 90° на полупальцах. Восьмой такт: développé écartée назад на всей ступне. Battements tendus: 8 тактов по  $\frac{4}{4}$ . С правой ноги — шесть в позе croisée вперед, правая рука в III, левая в I позиции, на  $\frac{1}{4}$  каждое; на шестом — demi-plié и на  $\frac{2}{4}$  — полный поворот на полупальцах в V позиции в левую сторону; шесть battements tendus с правой ноги в позе croisée назад, правая рука в I, левая в III позиции, на  $\frac{1}{4}$  каждое, и на  $\frac{2}{4}$  — полный поворот на полупальцах в правую сторону; восемь в сторону, на  $\frac{1}{4}$  каждое. Battements tendus jetés: пятнадцать в сторону, на  $\frac{1}{8}$  каждое,  $\frac{1}{8}$  — пауза в V позиции. 2 такта: со II позиции — tour sur le cou-de-pied en dehors в правую сторону; 2 такта: со II позиции — tour sur le cou-de-pied en dedans в левую сторону.

2. *Ronds de jambe par terre. 12 тактов по  $\frac{4}{4}$ .*

На два вступительных аккорда — préparation en dehors. Восемь ronds de jambe par terre en face, восемь en tournant en dehors, на  $\frac{1}{4}$  каждый. Повторить en dedans. 2 такта — обвод на plié en dedans — en dehors, закончить в большой позе croisée назад носком в пол на вытянутой опорной ноге. 2 такта — два grands ports de bras, на 1 такт каждое.

3. *Battements soutenus на 90°. 8 тактов по  $\frac{4}{4}$ .*

С правой ноги — два soutenus на 90° в позе effacée вперед, два — с левой ноги в позе effacée назад, два — с правой ноги в позе écartée назад и два — в III arabesque, на  $\frac{2}{4}$  каждое. Закончить в V позицию на полупальцах и открыть работающую ногу в сторону на 45°. Frappés: три в сторону, на  $\frac{1}{8}$  каждое, исполнить четыре раза; четыре doubles frappés, на  $\frac{1}{4}$  каждое, и на  $\frac{4}{4}$  — tour sur le cou-de-pied en dehors с V позиции в правую сторону.

4. *Grands battements jetés. 8 тактов по  $\frac{2}{4}$ .*

С правой ноги — четыре grands battements в позе effacée вперед, четыре — с левой ноги в позе effacée назад, четыре — с правой ноги в позе écartée назад и четыре — в позе III arabesque.

5. *Большое adagio. 16 тактов по  $\frac{4}{4}$ .*

Первый такт: grand plié в IV позиции croisée. Второй такт: с левой ноги — développé в I arabesque в точку 2. Третий и четвертый такты: с arabesque принять позу attitude effacée, relevé на полупальцы и закончить в V позицию, левая нога впереди. Пятый и шестой такты: с правой ноги — développé в сторону, руки в III позиции, и passé по I позиции назад в позу III arabesque на plié. Седьмой и восьмой такты: шаг назад,

développé с левой ноги в позу écartée назад и demi-rond в IV arabesque. Девятый такт: plié в IV arabesque и pas de bourrée с переменной ног en dehors. Десятый и одиннадцатый такты: с правой ноги — développé в позу écartée вперед и demi-rond в attitude effacée. Двенадцатый и тринадцатый такты: из позы attitude — demi-rond в сторону, plié и pas de bourrée dessus. Четырнадцатый такт: préparation с V позиции в V. Пятнадцатый такт: tour sur le cou-de-pied en dehors с V позиции в левую сторону. Шестнадцатый такт: с правой ноги — два glissades в сторону с переменной ног и шаг с правой ноги вперед в V позицию на полупальцы, руки в положении III arabesque.

### *Allegro*

#### *1. 8 тактов по $\frac{2}{4}$ .*

Шесть assemblés в сторону с переменной ног вперед, два jetés в сторону, на  $\frac{1}{4}$  каждое. Короткое coupé. Повторить все в обратном направлении.

#### *2. 8 тактов по $\frac{2}{4}$ .*

Sissonne ouverte в маленькой позе effacée вперед (закончить assemblé) с правой и с левой ноги; échappé во II позицию с окончанием на одну ногу (sur le cou-de-pied сзади), temps levé, assemblé croisée назад. Повторить все с другой ноги. Каждый прыжок исполняется на  $\frac{1}{4}$ . То же исполнить в обратном направлении.

#### *3. 16 тактов по $\frac{2}{4}$ .*

Два sissonnes fermées с продвижением вперед в маленькой позе croisée назад; два sissonnes fermées с продвижением назад в маленькой позе croisée вперед, на  $\frac{1}{4}$  каждый. На  $\frac{2}{4}$  — pas de basque вперед и два pas de chat назад, на  $\frac{1}{4}$  каждое. Повторить четыре раза, с правой и с левой ноги по очереди. То же исполнить в обратном направлении.

#### *4. 8 тактов по $\frac{2}{4}$ .*

За тактом — coupé левой ногой сзади, и с правой ноги — три ballonnés effacée вперед, на  $\frac{1}{4}$  каждое; на  $\frac{1}{4}$  — assemblé в сторону, при окончании правая нога сзади. С левой ноги — два sissonnes fermées в точку 8 в маленькой позе II arabesque, на  $\frac{1}{4}$  каждый. Первый sissonne закончить в V позицию, правая нога сзади, второй — правая нога впереди. На  $\frac{2}{4}$  — поворот в V позиции на полупальцах в левую сторону, закончить demi-plié на левой ноге, правая sur le cou-de-pied сзади. Coupé и повторить комбинацию с другой ноги. То же исполнить в обратном направлении.

#### *5. 4 такта по $\frac{4}{4}$ .*

Два goyale, на  $\frac{1}{4}$  каждый; на  $\frac{1}{4}$  вытянуть колени, на  $\frac{1}{4}$  — demi-plié для следующего прыжка. Повторить четыре раза.

#### *6. Entrechat-quatre.*

Исполняется так же, как goyale, по четыре раза с правой и с левой ноги.

7. 8 тактов по  $\frac{2}{4}$ .

Восемь *grands changements de pieds*, на  $\frac{1}{4}$  каждый; шестнадцать *petits changements de pieds*, на  $\frac{1}{8}$  каждый.

ВОСЬМОЙ ПРИМЕР  
ЭКЗЕРСИСА НА ПАЛЬЦАХ

1. 32 такта по  $\frac{3}{4}$  (вальс).

Три *glissades* в маленькой позе *croisée* вперед, один в сторону с переменной ног, на 2 такта каждый. Повторить четыре раза, с правой и с левой ноги по очереди. То же исполнить в обратном направлении.

2. 8 тактов по  $\frac{4}{4}$ .

Четыре *échappes* во II позицию с переменной ног, на  $\frac{2}{4}$  каждое; на  $\frac{4}{4}$  — *double échappé* с окончанием на одну ногу (*sur le sou-de-pied* сзади) и на  $\frac{4}{4}$  — два *pas de bourrée* с переменной ног *en dehors*. На  $\frac{4}{4}$  — *double échappé* с окончанием на одну ногу (*sur le sou-de-pied* впереди) и на  $\frac{4}{4}$  — два *pas de bourrée* с переменной ног *en dedans*. Четыре *échappés* во II позицию *en tournant* по  $\frac{1}{4}$  поворота в правую сторону, на  $\frac{2}{4}$  каждое.

3. 16 тактов по  $\frac{2}{4}$ .

Четыре *sissonnes simples* с переменной ног назад, на  $\frac{2}{4}$  каждый, восемь — на  $\frac{1}{4}$  каждый. Повторить в обратном направлении.

4. 32 такта по  $\frac{3}{4}$  (вальс).

V позиция, левая нога впереди. Движение по диагонали из точки 6 в точку 2. Семь *jetés fondus* вперед, начать с правой ноги, на 1 такт каждое. Седьмое *jeté fondu* закончить *tombe balancé* на левую ногу (восьмой такт). Шесть *balancés* в сторону, продвигаясь назад, с правой и с левой ноги по очереди, на 1 такт каждое; на 1 такт — *dégagé* правой ногой в сторону, и на 1 такт — *assemblé soutenu*, при окончании правая нога впереди. Продолжать комбинацию с другой ноги в направлении точки 8.

5. 16 тактов по  $\frac{2}{4}$ .

Два *sissonnes simples*, с переменной ног назад, на  $\frac{2}{4}$  каждый; на  $\frac{2}{4}$  — *préparation en dehors* с V позиции в V для *tour sur le sou-de-pied en dehors*; на  $\frac{2}{4}$  — *tour* с V позиции *en dehors*. Повторить четыре раза с правой и с левой ноги по очереди. То же исполнить в обратном направлении с *tour en dedans*.

6. 16 тактов по  $\frac{3}{4}$  (медленный вальс).

14 тактов: с правой ноги — медленные *pas de bourrée suivi croisée* вперед, правая рука на III, левая на II позиции. 2 такта: опуститься с пальцев в позу I *arabesque* на  $90^\circ$  на *plié*, в точку 2. Правая рука опускается сверху из III позиции в I и вытягивается в *arabesque*.

## Четвертый класс

- Укрепление устойчивости (апломб) в различных поворотах.
- Упражнения на полупальцах и пальцах.
- Развитие пластичности рук и корпуса.

### Первое полугодие

#### ПЕРВЫЙ ПРИМЕР УРОКА

##### Экзерсис у палки

Более сложное сочетание упражнений. Полуповороты на одной ноге.

1. 16 тактов по  $\frac{4}{4}$ .

Два *grands pliés*, на  $\frac{4}{4}$  каждое; на  $\frac{4}{4}$  — одно *relevé*, два — на  $\frac{2}{4}$  каждое, в I, II, IV и V позициях.

2. *Battements tendus*. 24 такта по  $\frac{2}{4}$ .

Четыре *battements tendus* вперед с правой ноги, четыре назад с левой, восемь в сторону с правой, на  $\frac{1}{4}$  каждое. Повторить в обратном порядке, начав правой ногой назад. *Battements tendus jetés*: три в сторону, на  $\frac{1}{8}$  каждое, на  $\frac{2}{4}$  — *flic-flac en dehors en face*; три *battements tendus jetés* в сторону и *flic-flac en dedans en face*. Повторить *tendus jetés* и *flic-flac* еще два раза.<sup>1</sup>

3. *Ronds de jambe par terre*. 12 тактов по  $\frac{4}{4}$ .

На два вступительных аккорда — *préparation en dehors*. Два *ronds de jambe par terre*, на  $\frac{1}{4}$  каждый; на  $\frac{2}{4}$  — *préparation en dehors*. Все повторить. Семь *ronds de jambe par terre* и еще раз семь, на  $\frac{1}{8}$  каждый. Повторить *en dedans*. 2 такта — обвод на *plié en dehors*, закончить позой II *arabesque* носком в пол; с полуповоротом от палки перейти за носком работающей ноги

<sup>1</sup> *Flic-flac* сочетается с *battements tendus jetés* и другими упражнениями после того, как разучивается отдельно, в конце экзерсиса у палки

в V позицию на полупальцы; 2 такта — port de bras на полупальцах с перегибом корпуса.

4. *Battements fondus на 45°. 16 тактов по  $\frac{2}{4}$ .*

Fondu вперед, в сторону и вперед, на  $\frac{2}{4}$  каждое; на  $\frac{2}{4}$  — plié и relevé с полуповоротом к палке. В заключение поворота работающая нога находится сзади. Повторить все с левой ноги. Затем перейти на plié на левую ногу, одновременно сделав правой petit battement назад, и исполнить fondu назад, в сторону и назад, plié и relevé с полуповоротом от палки. В заключение поворота работающая нога находится впереди. Повторить с левой ноги. Эта комбинация fondus исполняется сразу с правой и с левой ноги.

5. *Battements frappés. 8 тактов по  $\frac{2}{4}$ .*

Семь frappés в сторону, на  $\frac{1}{8}$  каждое; четыре doubles frappés вперед, в сторону, назад и в сторону, на  $\frac{1}{4}$  каждое. Повторить.

6. *Ronds de jambe en l'air. 8 тактов по  $\frac{4}{4}$ .*

Четыре ronds de jambe en l'air en dehors, на  $\frac{1}{4}$  каждый; третий и четвертый rond de jambe — с plié-relevé на опорной ноге. Повторить. Десять petits battements sur le cou-de-pied, на  $\frac{1}{8}$  каждый; на  $\frac{1}{4}$  — demi-plié в V позиции, на  $\frac{2}{4}$  — tour sur le cou-de-pied en dehors. При окончании открыть работающую ногу в сторону на 45°. Повторить все en dedans.

7. *Battements développés с plié-relevé. 16 тактов по  $\frac{4}{4}$ .*

Первый такт: développé вперед. Второй такт: на первую четверть — plié, на вторую четверть — relevé на полупальцы; на третью и четвертую четверти работающая нога опускается в исходное положение. Повторить. То же исполнить в сторону, назад и в сторону.

8. *Grands battements jetés с подъемом на полупальцы. 8 тактов по  $\frac{2}{4}$ .*

По два grands battements вперед, в сторону, назад и в сторону, на  $\frac{1}{4}$  каждый. По два grands battements в тех же направлениях с подъемом на полупальцы, на  $\frac{1}{4}$  каждый.<sup>1</sup>

*Экзерсис на середине зала*

1. *Маленькое adagio и battements tendus. 8 тактов по  $\frac{4}{4}$ .*

Первый такт: grand plié в IV позиции croisée. Второй такт: IV port de bras. Третий такт: с правой ноги — développé вперед. Четвертый такт: на первую четверть — plié, на вторую четверть — relevé на полупальцы; на третью и четвертую четверти работающая нога опускается в исходное положение. Пятый и шестой такты: développé plié-relevé с левой ноги назад. Седь-

<sup>1</sup> Подъем на полупальцы происходит на опорной ноге в момент броска (jeté) работающей. В заключение grand battement следует опуститься на обе ступни.



мой и восьмой такты: développé plié-relevé с правой ноги в сторону. Battements tendus и tours — 8 тактов по  $\frac{4}{4}$ . С правой ноги: первое battement tendu — en tournant en dehors, на  $\frac{1}{4}$  поворота в точку 3, второе — en face в точку 3. Исполнить восемь tendus — en tournant и en face, на  $\frac{1}{4}$  каждое. Battements tendus jetés: с правой ноги — восемь en tournant en dehors на  $\frac{1}{8}$  поворота, на  $\frac{1}{4}$  каждое; семь — с левой ноги в сторону en face и еще раз семь, на  $\frac{1}{8}$  каждое. 1 такт: с правой ноги — préparation с V позиции в IV; 1 такт: tour sur le cou-de-pied en dehors.

2. *Ronds de jambe par terre. 12 тактов по  $\frac{4}{4}$ .*

На два наступительных аккорда — préparation en dehors. Первый rond de jambe par terre en tournant на  $\frac{1}{4}$  поворота, второй — en face и т. д. Исполнить так восемь ronds de jambe, на  $\frac{1}{4}$  каждый. То же повторить en dedans. 2 такта — обвод на plié en dedans — en dehors, закончить в большой позе croisée назад носком в пол на вытянутой опорной ноге. 2 такта — два grands ports de bras, второе port de bras закончить в IV позицию в grand préparation для tour en dehors. 2 такта — два préparations для tours в позе attitude croisée. 2 такта — с левой ноги — grand rond de jambe développé en dehors на полупальцах.

3. *Battements fondus на 45°. 8 тактов по  $\frac{4}{4}$ .*

На  $\frac{2}{4}$  — tour sur le cou-de-pied с V позиции en dehors, на  $\frac{2}{4}$  — fondu вперед; повторить tour и fondu сделать в сторону. Double fondu вперед и в сторону, на  $\frac{2}{4}$  каждое; семь frappés в сторону, на  $\frac{1}{8}$  каждое. Повторить все в обратном направлении с tours en dedans. В заключение сделать четыре doubles frappés, на  $\frac{1}{4}$  каждое.

4. *Ronds de jambe en l'air. 8 тактов по  $\frac{2}{4}$ .*

Четыре ronds de jambe en l'air en dehors, на  $\frac{1}{4}$  каждый, три и еще раз три, на  $\frac{1}{8}$  каждый. 1 такт: développé в сторону; 2 такта: поворот lent en dehors с passé на 90°; 1 такт: в заключение поворота — développé croisée вперед на полупальцах. En dedans исполнить отдельно, поворот lent en dedans закончить attitude croisée на полупальцах.

5. *Pas de bourrée ballotté на effacée, en tournant. 8 тактов по  $\frac{2}{4}$ .*

Préparation на правой ноге, левая вытянута croisée сзади носком в пол. За тактом на  $\frac{2}{8}$  — plié на правой ноге, левую согнуть sur le cou-de-pied сзади. На  $\frac{2}{4}$  — pas de bourrée ballotté вперед на effacée с поворотом в точку 4; на  $\frac{2}{4}$  — pas de bourrée ballotté назад на effacée, оставаясь лицом к точке 4. Следующие pas de bourrée ballotté делать таким же образом в точки 6, 8 и 2.

6. *Tours lents à la seconde. Первоначальное изучение по полповороту. Музыкальный размер  $\frac{2}{4}$ .*

Первый такт: с правой ноги — développé в сторону. Вторый

и третий такты: исполнить *tour lent à la seconde en dehors*,<sup>1</sup> поворачиваясь на каждую четверть в точки 2, 3, 4 и 5. Четвертый такт: опустить работающую ногу в исходное положение. Пятый такт: *développé* в сторону. Шестой и седьмой такты: исполнить *tour lent en dehors à la seconde*, поворачиваясь на каждую четверть в точки 6, 7, 8 и 1. Восьмой такт: опустить работающую ногу в V позицию сзади.<sup>2</sup>

7. *Préparation для tour à la seconde со II позиции. Музыкальный размер 4/4.*

En dehors. V позиция, правая нога впереди. За тактом — *demi-plié*. Первый такт: на первую четверть вскочить в V позицию на полупальцы, руки в I позиции; на вторую четверть положение сохраняется; на третью четверть — *grand battement* правой ногой в сторону, руки открыть на II позицию; на четвертую четверть положение сохраняется. Второй такт: на одну восьмую — *demi-plié* во II позиции (за тактом), правая рука сгибается в I позицию, левая остается на II; на первую четверть вскочить на левую ногу на полупальцы, правую приемом *grand battement* поднять в сторону, руки на II позиции; на вторую и третью четверти положение сохраняется; на четвертую четверть закончить в V позицию, правая нога сзади. Повторить четыре раза, с правой и с левой ноги по очереди. En dedans исполняется так же.

## *Allegro*

### 1. 16 тактов по 2/4.

Четыре *glissades* в сторону с переменной ног, начиная с правой ноги; один *glissade croisée* вперед с правой ноги; один *glissade croisée* назад с левой ноги, на 1/4 каждый; на 2/4 — *échappé battu* с переменной ног. Повторить четыре раза, с правой и с левой ноги по очереди.

### 2. 8 тактов по 2/4.

Четыре *assemblés* в сторону с переменной ног вперед, на 1/4 каждое; на 1/4 — короткое *souré* впереди и на 1/4 — *assemblé* с продвижением в сторону, переменив ногу вперед; на 1/4 вытянуть колени; на 1/4 — *demi-plié* для повторения комбинации с другой ноги. То же исполнить в обратном направлении.

### 3. 8 тактов по 2/4.

---

<sup>1</sup> Термин *à la seconde* означает «вторичный», «повторный», он применяется в *tours lents*, *tours* на 90° со II позиции, в мужских пируэтах — пируэт *à la seconde*, где работающая нога поднята в сторону на 90°. В *battements développés*, *grands battements jetés* в сторону термин *à la seconde* почти не применяется.

<sup>2</sup> Так же разучиваются *tours lents en dehors* в позе *attitude croisée* и *en dedans* в позе *croisée* вперед. По мере усвоения делаются полные повороты, сначала на 2 такта по 3/4, или 8 тактов по 2/4, затем на 1 такт 4/4. *Tours lents* в остальных позах разучиваются несколько позднее.

V позиция, левая нога впереди. На  $\frac{1}{4}$  — с правой ноги *jeté* с продвижением в сторону, в заключение левая нога *sur le soude-pied* впереди; на  $\frac{1}{4}$  — *temps levé*; *jeté* с продвижением *croisée* вперед, *coupé-jeté*, *coupé-jeté*, *coupé-jeté croisée* вперед — *assemblé croisée* сзади, на  $\frac{1}{4}$  каждый прыжок; на  $\frac{1}{4}$  — *royale*. Повторить с другой ноги. То же исполнить в обратном направлении.

4. 16 тактов по  $\frac{2}{4}$ .

Три *échappés battus* с переменной ног, на  $\frac{2}{4}$  каждое; два *entrechat-quatre*, на  $\frac{1}{4}$  каждый. Повторить четыре раза, с правой и с левой ноги по очереди.

5. *Échappé battu* сложное.<sup>1</sup> Музыкальный размер  $\frac{4}{4}$ .

На первую и вторую четверть исполнить сложное *échappé battu*, на третью четверть вытянуть колени, на четвертую четверть — *demi-plié* для следующего прыжка. Повторить от четырех до восьми раз. По мере усвоения исполнять каждое *échappé* на  $\frac{2}{4}$  без остановок.

6. 4 такта по  $\frac{4}{4}$ .

Два *grands changements de pieds*, на  $\frac{1}{4}$  каждый; три *petits changements de pieds*, на  $\frac{1}{8}$  каждый. Повторить четыре раза.<sup>2</sup>

## ПЕРВЫЙ ПРИМЕР

### ЭКЗЕРСИСА НА ПАЛЬЦАХ

2  
3  
4

1. 16 тактов по  $\frac{2}{4}$ .

Восемь *échappés* во II позицию с переменной ног, на  $\frac{2}{4}$  каждое; восемь *échappés* во II позицию с продвижением назад. Продвижение назад происходит в момент вскакивания на пальцы во II позицию, заключение *échappé* в V позицию на *demi-plié* делается без продвижения. Повторить восемь *échappés* на одном месте и восемь с продвижением вперед.

2. 8 тактов по  $\frac{2}{4}$ .

V позиция, правая нога впереди. На  $\frac{2}{4}$  — одно *sus-sous* с продвижением вперед в позе *croisée*, два *sus-sous*, на  $\frac{1}{4}$  каждое. На  $\frac{2}{4}$  — одно *sus-sous* с продвижением назад в позе *croisée*, два *sus-sous*, на  $\frac{1}{4}$  каждое. Четыре *échappés en tournant* в IV позиции *effacée* по  $\frac{1}{4}$  поворота, на  $\frac{2}{4}$  каждое. Первый поворот в правую сторону в точку 4, второй в точку 6, далее в точки 8 и 2. Последнее *échappé* закончить в V позицию, правая нога сзади.

3. *Coupé ballonné* во II позицию. 16 тактов по  $\frac{3}{4}$  (медленный вальс).

*Préparation* на правой ноге, левая вытянута *croisée* сзади, носком в пол. За тактом — *demi-plié*, левая сгибается *sur le*

<sup>1</sup> В сложном *échappé battu* заноска исполняется на первом прыжке с V позиции во II и на втором прыжке — со II позиции в V.

<sup>2</sup> Каждый урок заканчивается *port de bras* с перегибом корпуса.

sou-de-pied сзади. Первый такт: сделать soupé и встать на пальцы на левую ногу, вытянутая правая открывается в сторону на 45°. Второй такт: plié на левой ноге, правая сгибается sur le sou-de-pied сзади. Soupé правой ногой и повторение ballonpé с левой ноги. Таким образом исполнить восемь ballonpés. Повторить ballonpés в обратном направлении, встать для этого в préparation croisée вперед.

4. *Pas de bourrée ballotté на effacée, en tournant.*

Исполняется так же, как в пятом примере экзерсиса на середине зала.

5. *16 тактов по 2/4.*

4 такта: pas de bourrée suivi (начать с правой ноги) по прямой линии из точки 7 в точку 3, закончить в V позицию на demi-plié, левая нога впереди. 2 такта: четыре changements de pieds, на 1/4 каждый, на последнем changements de pieds опуститься с пальцев на обе ступни. 2 такта: два jetés на левую ногу с продвижением вперед в маленькой позе croisée. 8 тактов: повторение комбинации с левой ноги.

## ВТОРОЙ ПРИМЕР УРОКА

### Экзерсис у палки

1. *12 тактов по 4/4.*

По два grands pliés в I, II, IV и V позициях, на 4/4 каждое. Два ports de bras с перегибом корпуса, на 4/4 каждое. Четыре relevés на полупальцах в V позиции, на 2/4 каждое.

2. *Battements tendus. 32 такта по 2/4.*

По четыре battements tendus в demi-plié вперед, в сторону, назад и в сторону, по четыре без demi-plié во всех направлениях, на 1/4 каждое. Battements tendus jetés: три вперед, на 1/8 каждое, на 2/4 — flic-flac en dedans en face с остановкой назад; три battements tendus jetés назад и flic-flac en dehors en face с остановкой вперед; три в сторону, flic-flac en dehors; три в сторону, flic-flac en dedans. Тридцать два battements tendus jetés в I позицию, на 1/8 каждое.

3. *Ronds de jambe par terre и ronds de jambe en l'air. 12 тактов по 4/4.*

На два вступительных аккорда — préparation en dehors. Четыре ronds de jambe par terre, на 1/4 каждый, семь — на 1/8 каждый; четыре ronds de jambe en l'air, на 1/4 каждый, семь — на 1/8 каждый. Последний rond de jambe en l'air закончить в маленькую позу effacée вперед носком в пол на plié. Повторить все en dedans. 2 такта — обвод на plié en dedans — en dehors, в заключение — relevé на полупальцы, работающую ногу поднять назад на 45°; 1 такт — полуповорот на опорной ноге от палки, работающая нога в заключение полуповорота впереди, и полуповорот обратно, нога в заключение сзади;

1 такт — plié в V позиции и поворот на полупальцах от палки.

4. *Battements soutenus носком в пол. 16 тактов по  $\frac{2}{4}$ .*

Soutenu вперед, soutenu в сторону en tournant en dehors и два в сторону, на  $\frac{2}{4}$  каждое. Повторить soutenus в обратном порядке. Frappés: три вперед, три в сторону, на  $\frac{1}{8}$  каждое; на  $\frac{2}{4}$  — tour sur le cou-de-pied en dehors с V позиции и на  $\frac{2}{4}$  — fondu в сторону. Повторить frappés и tour в обратном порядке.

5. *Petits battements sur le cou-de-pied. 8 тактов по  $\frac{4}{4}$ .*

Четыре petits battements вперед, на  $\frac{1}{4}$  каждый, в заключение каждого battement — plié на опорной ноге (во время battement подъем на полупальцы). Семь petits battements, на  $\frac{1}{8}$  каждый; последний battement — plié на опорной ноге. Все повторить. То же исполнить в обратном направлении.

6. *Développé ballotté. 4 такта по  $\frac{4}{4}$ .*

Первый такт: с правой ноги — développé ballotté вперед. Второй такт: с левой ноги — développé ballotté назад. Третий и четвертый такты комбинация повторяется. Исполнить в обратном направлении: правой ногой назад, левой — вперед.<sup>1</sup>

7. *Grands battements jetés на полупальцах. 8 тактов по  $\frac{2}{4}$ .*

На два вступительных аккорда встать в V позицию на полупальцы. По четыре grands battements вперед, в сторону, назад и в сторону, на  $\frac{1}{4}$  каждый, на последнем battement опуститься с полупальцев на обе ступни.

Экзерсис на середине зала

1. *Маленькое adagio и battements tendus. 8 тактов по  $\frac{4}{4}$ .*

Первый такт: grand plié в V позиции (правая нога вперед). Второй такт: с правой ноги — développé в сторону и passé на  $90^\circ$  в позу attitude croisée. Третий и четвертый такты: tour lent en dehors в attitude croisée. Пятый такт: relevé на полупальцы в attitude croisée, закончить в V позицию и с левой ноги — développé в позу effacée вперед. Шестой такт: из позы effacée — поворот lent en dehors с passé на  $90^\circ$ . Седьмой такт: открыть левую ногу в позу écartée назад и relevé на полупальцы. Восьмой такт: plié в V позиции и полный поворот на полупальцах в левую сторону.

Battements tendus — 8 тактов по  $\frac{4}{4}$ . С правой ноги — шестнадцать в сторону, на  $\frac{1}{4}$  каждое; на четвертом, восьмом, двенадцатом и шестнадцатом battement tendu — demi-plié. Battements tendus jetés: с левой ноги — семь в маленькой позе croisée вперед, с правой ноги — семь в маленькой позе croisée назад и с правой же — семь и еще раз семь в сторону, на  $\frac{1}{8}$

<sup>1</sup> По мере усвоения développés ballotté исполняются слитно, на  $\frac{2}{4}$  — вперед, на  $\frac{2}{4}$  — назад.

каждое. 4 такта — с левой ноги *tour sur le cou-de-pied en dehors* и *tour en dedans* со II позиции.

2. *Ronds de jambe par terre. 8 тактов по  $\frac{4}{4}$ .*

На два вступительных аккорда — *préparation en dehors*. Четыре *ronds de jambe par terre en face*, четыре *en tournant* по  $\frac{1}{4}$  поворота, на  $\frac{1}{4}$  каждый. Повторить *en dedans*. 2 такта — *développé attitude croisée, relevé* на полупальцы, опуститься в IV позицию, и *préparation* для *tour en dehors* в позе *attitude croisée*. 2 такта — с левой ноги обвод на *plié en dehors*, закончить IV *arabesque* носком в пол и *relevé* на полупальцы в позе IV *arabesque* на  $90^\circ$ .

3. *Battements fondus на  $45^\circ$ . 8 тактов по  $\frac{2}{4}$ .*

На  $\frac{2}{4}$  — *fondus effacés* вперед, на  $\frac{2}{4}$  — *plié-relevé* с *rond en dehors* в *effacés* назад, два *fondus* в сторону, на  $\frac{2}{4}$  каждое. Повторить и исполнить с другой ноги. То же повторить в обратном порядке.

4. *Petits battements sur le cou-de-pied. 8 тактов по  $\frac{4}{4}$ .*

Исполнить шестнадцать *petits battements*, постепенно поднимая руки со II позиции в III; четырнадцать *petits battements*, раскрывая руки на II позицию и опуская их в подготовительное положение, на  $\frac{1}{4}$  каждый; на  $\frac{1}{4}$  закончить в IV позицию *préparation* для *tours en dehors*; на  $\frac{4}{4}$  — *tour sur le cou-de-pied en dehors* в правую сторону, закончить в IV позицию; на  $\frac{4}{4}$  повторить *tour* и закончить его в V позицию; на  $\frac{4}{4}$  — с левой ноги *préparation* с V позиции в IV в *préparation* для *tours en dedans*; на  $\frac{4}{4}$  — *tour sur le cou-de-pied en dedans* в правую сторону.

5. *Pas de bourrée с переменной ног en dehors и en dedans en tournant. Музыкальный размер  $\frac{2}{4}$ .*

При изучении *pas de bourrée* с переменной ног *en tournant* рекомендуется делать одно *pas de bourrée en face*, другое *en tournant* и т. д., не менее восьми *pas de bourrée en dehors* и восьми *en dedans*. Исполняется на  $\frac{2}{4}$  каждое.

6. *Большое adagio. 8 тактов по  $\frac{4}{4}$ .*

Первый такт: *grand plié* в V позиции (правая нога впереди), на последнюю восьмую — *relevé* на полупальцы. Второй такт: *dégagé* правой ногой *effacés* вперед носком в пол на *plié*, корпус наклонить к носку правой ноги, руки опустить в подготовительное положение и сделать *relevé* на  $90^\circ$  в позу *effacés* вперед. Третий такт: из позы *effacés* — поворот *en dedans* в точку 6 в I *arabesque*. Четвертый такт: *relevé* на полупальцы в *arabesque*, опустить работающую ногу в V позицию и с левой ноги — *développé* в позу *effacés* вперед в точку 6. Пятый такт: из позы *effacés* — поворот *en dedans* в точку 2 в I *arabesque*. Шестой такт: *relevé* на полупальцы в *arabesque*, опустить работающую ногу в V позицию впереди и с правой ноги — *soutenu en tournant en dedans* в левую сторону. Седьмой и восьмой такты: с левой ноги — *préparation à la seconde* для *tour en dedans* со II позиции.

*1. 16 тактов по 2/4.*

Doubles assemblés с правой и с левой ноги, на  $\frac{2}{4}$  каждое; два échappés battus с переменной ног, на  $\frac{2}{4}$  каждое. Все повторить и исполнить в обратном направлении.

*2. 8 тактов по 4/4.*

Два *sissonnes fermées* в сторону с правой и с левой ноги, на  $\frac{1}{4}$  каждый; три *sissonnes fermées* в сторону с правой, с левой и с правой ноги, на  $\frac{1}{8}$  каждый. (Нога, находящаяся в V позиции впереди, каждый раз переходит назад.) С левой ноги — *pas de basque* вперед *en tournant* на  $\frac{1}{4}$  поворота в точку 7; *pas de basque* вперед *en tournant* на  $\frac{1}{4}$  поворота в точку.<sup>1</sup> Повторить все с другой ноги. То же исполнить в обратном направлении.

*3. 8 тактов по 2/4.*

Два *ballonnés effacés* вперед, на  $\frac{1}{4}$  каждое; два — на  $\frac{1}{8}$  каждое; на  $\frac{1}{4}$  — *assemblé* в сторону. Короткое *soupiré* впереди и *assemblé* с продвижением в сторону, с правой и с левой ноги, на  $\frac{2}{4}$  каждое. Повторить с другой ноги. То же исполнить в обратном направлении.

*4. Pas emboîté. Музыкальный размер 2/4.*

Восемь *emboîtés* вперед с прыжком на одном месте. Восемь *emboîtés* назад с прыжком на одном месте. Через несколько уроков исполнять восемь *emboîtés* на месте и восемь с продвижением по прямой линии вперед. Так же разучивать *emboîté* назад.

*5. Grande sissonne ouverte в сторону. Музыкальный размер 4/4.*

а) На первую четверть — *demi-plié*; между первой и второй четвертью — *sissonne ouverte*; на вторую четверть — окончание прыжка на *demi-plié* на опорной ноге, работающая нога открыта в сторону на  $90^\circ$ ; на третью и четвертую четверти работающая нога ставится в исходное положение V позиции, одновременно опорная вытягивается в колене. Повторяется от четырех до восьми раз.

б) На первую четверть — *demi-plié*; между первой и второй четвертью — прыжок; на вторую четверть окончание прыжка на *demi-plié*, работающая нога открыта в сторону на  $90^\circ$ ; между второй и третьей четвертью — прыжок *assemblé*; на третью четверть окончание *assemblé* в V позицию на *demi-plié*; на четвертую четверть вытянуть колени.<sup>2</sup>

<sup>1</sup> В *pas de basque en tournant* поворот происходит во время *demi-rond de jambe par terre*

<sup>2</sup> Так же разучивается *grande sissonne ouverte* в позы *attitude croisée* и *croisée* вперед. Несколько позднее во всех остальных позах К концу полугодия *grande sissonne ouverte* делается на  $\frac{1}{4}$  и на  $\frac{1}{4}$  — заключительное *assemblé*

6. 8 тактов по  $\frac{4}{4}$ .

Четыре *échappés battus*, четыре *échappés battus* сложных. Для мужского класса все повторить.

7. *Tours en l'air* для мужского класса. 4 такта по  $\frac{4}{4}$ .

За тактом — *demi-plié* и *relevé* в V позицию на полупальцы; на первую — *demi-plié*; между первой и второй четвертью — *tour en l'air*; на вторую четверть закончить *tour* на *demi-plié*; на третью и четвертую четверти — три *petits changements de pieds*, на  $\frac{1}{8}$  каждый. Повторить четыре раза.

8. 8 тактов по  $\frac{2}{4}$ .

Три *petits changements de pieds* и еще раз три *en face*, семь *en tournant*, на  $\frac{1}{8}$  каждый. Повторить. Во время *changements de pieds en tournant* руки из подготовительного положения поднимаются в III позицию, постепенно раскрываются и опускаются в подготовительное положение.

## ВТОРОЙ ПРИМЕР ЭКЗЕРСИСА НА ПАЛЬЦАХ

1. 8 тактов по  $\frac{2}{4}$ .

Восемь *relevés* в I позиции, восемь во II позиции, на  $\frac{1}{4}$  каждое.

2. 8 тактов по  $\frac{4}{4}$ .

На  $\frac{2}{4}$  — *échappé* во II позицию с переменной ног; два *échappés* с переменной ног, на  $\frac{1}{4}$  каждое. Повторить. *Sissonne simple* с переменной ног назад, на  $\frac{2}{4}$ , два *sissonnes simples* с переменной ног назад, на  $\frac{1}{4}$  каждый. Повторить *sissonnes* еще раз. То же исполнить в обратном направлении.

3. 8 тактов по  $\frac{2}{4}$ .

Четыре *soupirés-ballonnés* во II позицию, закончить *sur le sou-de-pied* сзади, на  $\frac{2}{4}$  каждое; три *pas de bourrée* с переменной ног *en dehors: en face, en tournant* и *en face* — на  $\frac{2}{4}$  каждое; на  $\frac{2}{4}$  — *relevé* в V позиции, *soupiré*, и на 4 такта повторить комбинацию с другой ноги. То же исполнить в обратном направлении.

4. 16 тактов по  $\frac{2}{4}$ .

Четыре *jetés* на правую ногу с продвижением по диагонали из точки 6 в точку 2 (шаг *jeté* делается в сторону, корпус правым плечом в точку 2, левым — в точку 6), на  $\frac{2}{4}$  каждое; 4 такта — *pas de bourrée suivi* по маленькому кругу направо. Четыре *jetés* на левую ногу с продвижением по диагонали из точки 2 в точку 6, на  $\frac{2}{4}$  каждое; 4 такта — *pas de bourrée suivi* по маленькому кругу налево, закончить в V позицию, и на последнюю четверть вскочить на пальцы на левую ногу, правая *sur le sou-de-pied* сзади, в маленькую позу *croisée*.

5. *Sissonne ouverte* на  $45^\circ$ . Музыкальный размер  $\frac{4}{4}$ .

В сторону: на первую четверть — *demi-plié*; на вторую четверть вскочить на пальцы на одну ногу, другую открыть в сто-



рону на  $45^\circ$ ; на третью четверть опуститься в V позицию на demi-plié; на четвертую четверть вытянуть колени. Повторить восемь раз, с правой и с левой ноги по очереди. То же исполнить в обратном направлении.<sup>1</sup>

6. *Jetés в больших позах. 4 такта по  $\frac{1}{4}$  или 16 тактов по  $\frac{3}{4}$  (медленный вальс).*

За тактом — plié на левой ноге и dégagé правой, croisée вперед на  $45^\circ$ . На первую четверть встать сверху (с большим шагом) на правую ногу в attitude croisée; на вторую четверть, сохраняя позу, опуститься на plié на правой ноге; на третью и четвертую четверти pas de bourgée с переменой ног en dehors. Повторить четыре раза с правой и с левой ноги по очереди.<sup>2</sup>

### ТРЕТИЙ ПРИМЕР УРОКА

#### Экзерсис у палки

1. 16 тактов по  $\frac{1}{4}$ .

По два grands pliés в I, II, IV и V позициях, на  $\frac{1}{4}$  каждое.

2. *Battements tendus. 24 такта по  $\frac{2}{4}$ .*

Два battements tendus вперед с правой ноги, два назад с левой, на  $\frac{1}{4}$  каждое. Все повторить. Четыре battements tendus doubles с правой ноги, на  $\frac{2}{4}$  каждое. Повторить в обратном порядке, начав правой ногой назад. Battements tendus jetés: по семь — вперед, в сторону, назад и в сторону, на  $\frac{1}{8}$  каждое.

3. *Ronds de jambe par terre. 12 тактов по  $\frac{1}{4}$ .*

На два вступительных аккорда — préparation en dehors. Четыре ronds de jambe par terre, на  $\frac{1}{4}$  каждый; семь — на  $\frac{1}{8}$  каждый, закончить вперед носком в пол. Четыре riqués вперед, на  $\frac{1}{16}$  каждое; на  $\frac{1}{4}$  перенести работающую ногу в сторону носком в пол; четыре riqués в сторону, на  $\frac{1}{16}$  каждое, на  $\frac{1}{4}$  перенести ногу назад носком в пол; семь ronds de jambe par terre en dehors, на  $\frac{1}{8}$  каждый. Повторить все en dedans. 2 такта — обвод на plié en dedans — en dehors; 2 такта — port de bras с растяжкой на plié и перегибом корпуса.

4. *Battements fondus. 16 тактов по  $\frac{2}{4}$ .*

Одно fondu на  $45^\circ$ , одно на  $90^\circ$  — вперед, в сторону, назад и в сторону, на  $\frac{2}{4}$  каждое. Frappés: три в сторону, на  $\frac{1}{8}$  каждое, повторить четыре раза; восемь doubles frappés, на  $\frac{1}{4}$  каждое.

<sup>1</sup> Sissonnes ouvertes изучаются сначала лицом к палке в сторону (два-три урока), затем на середине зала в сторону, в маленьких позах croisée, effacée и écartée вперед и назад. По мере усвоения исполняются на  $\frac{2}{4}$  каждый.

<sup>2</sup> Так же исполняются jetés в большой позе III arabesque. Для jetés в I, II arabesques и attitude effacée dégagé делается на effacé. По усвоении предыдущего, jetés разучиваются в большие позы croisée и effacée вперед.

5. *Ronds de jambe en l'air. 16 тактов по  $\frac{1}{4}$ .*

На два вступительных аккорда — *préparation temps relevé en dehors*. Восемь *ronds de jambe en l'air*, на  $\frac{1}{4}$  каждый, семь — на  $\frac{1}{8}$  каждый; на  $\frac{2}{4}$  — *demi-rond* вперед на  $45^\circ$ ; на  $\frac{1}{4}$  — полуповорот на опорной левой ноге на полупальцах к палке, работающая нога в заключение поворота находится сзади; на  $\frac{1}{4}$  — *coupé*, открыв левую ногу в сторону на  $45^\circ$ . Повторить комбинацию с левой ноги, затем, не останавливаясь, исполнить *en dedans* с правой и с левой ноги.

6. *Petits battements sur le cou-de-pied. 8 тактов по  $\frac{2}{4}$ .*

Шестнадцать *petits battements* вперед, двенадцать назад, на  $\frac{1}{8}$  каждый; на  $\frac{1}{4}$  — быстрое *développé* в позу *attitude effacée*; на  $\frac{1}{4}$  положение сохраняется.

7. *Battements développés. 8 тактов по  $\frac{1}{4}$ .*

Первый такт: *développé* в сторону и *demi-rond en dedans* вперед. Второй такт: медленный полуповорот на всей ступне к палке. В заключение поворота работающая нога сзади на  $90^\circ$ . Третий такт: *relevé* на полупальцы, *plié* в V позиции и полуповорот на полупальцах к палке. Четвертый такт: *développé* на полупальцах в позу *écartée* назад, закончить в V позицию, работающая нога сзади. Пятый такт: *développé* в сторону и *demi-rond en dehors* назад. Шестой такт: медленный полуповорот на всей ступне от палки. В заключение поворота работающая нога впереди на  $90^\circ$ . Седьмой такт: *relevé* на полупальцы, *plié* в V позиции и полуповорот на полупальцах от палки. Восьмой такт: *développé* на полупальцах в позу *écartée* вперед.

8. *Grands battements мягкие.*<sup>1</sup> 8 тактов по  $\frac{2}{4}$ .

На  $\frac{1}{4}$  — мягкий *grand battement*, на  $\frac{1}{4}$  — пауза в V позиции. Исполнить по два раза — вперед, в сторону, назад и в сторону.

*Экзерсис на середине зала*

1. *Маленькое adagio и battements tendus. 8 тактов по  $\frac{1}{4}$ .*

Первый такт: *grand plié* в I позиции. Второй такт: с левой ноги — *développé* в сторону и *demi-rond en dedans* в позу *croisée* вперед. Третий такт: *tour lent en dedans* в позу *croisée* вперед. Четвертый такт: *relevé* на полупальцы в позу *croisée*, в заключение опустить работающую ногу в V позицию и с правой ноги сделать *développé* в сторону. Пятый такт: *tour lent en dedans à la seconde*. Шестой такт: *plié* на опорной ноге, работающая сохраняет положение  $90^\circ$ , и *pas de bourrée dessus en tournant*. Седьмой и восьмой такты: с левой ноги — обвод на *plié en dehors (rond de jambe par terre)*, закончить позой IV *arabesque* носком в пол на *plié* и *relevé* на  $90^\circ$  с подъемом на полупальцы.

<sup>1</sup> Мягкие *grands battements* исполняются в темпе *grands battements jetés* приемом быстрого *développé*.

Battements tendus и tours — 8 тактов по  $\frac{1}{4}$ . С правой ноги — восемь battements tendus en tournant en dehors на  $\frac{1}{4}$  поворота в большой позе effacée вперед. Первый battement с поворотом в точку 4, второй — en face в точку 4. Следующие два battements tendus сделать также в точку 6, затем в точку 8 и в точку 2, на  $\frac{1}{4}$  каждое. С левой ноги так же исполнить battements tendus en tournant en dedans в большой позе effacée назад с поворотами в точки 4, 6, 8 и 2. Последний battement закончить в V позицию, левая нога впереди. Battements tendus jetés: с правой ноги — пятнадцать в сторону, на  $\frac{1}{8}$  каждое. 2 такта — tours sur le cou-de-pied en dehors со II позиции.

2. *Battements soutenus*. 8 тактов по  $\frac{2}{4}$  или 16 тактов по  $\frac{3}{4}$  (вальс).

С правой ноги — soutenu вперед носком в пол в маленькой позе croisée, с левой ноги — soutenu назад в маленькой позе croisée, с правой — soutenu в сторону en tournant en dehors, с левой — в сторону en tournant en dedans; с правой — soutenu на  $90^\circ$  в большой позе croisée вперед, с левой — в позе III arabesque; с правой — два soutenus на  $90^\circ$  в сторону, на  $\frac{2}{4}$  каждое.

3. *Ronds de jambe en l'air*. 8 тактов по  $\frac{1}{4}$ .

На  $\frac{1}{4}$  — tour sur le cou-de-pied en dehors с V позиции, в заключение открыть работающую ногу в сторону на  $45^\circ$ . Два ronds de jambe en l'air en dehors, на  $\frac{1}{4}$  каждый, три — на  $\frac{1}{8}$  каждый. Повторить еще два раза. Préparation для tour à la seconde en dehors со II позиции с правой и с левой ноги, на 2 такта каждое.

4. *Pas couru и petits battements sur le cou-de-pied*. 4 такта по  $\frac{1}{4}$ .

V позиция, левая нога впереди. За тактом на четыре шестнадцатые — четыре pas couru по диагонали из точки 6 в точку 2, начать с правой ноги. Закончить на первую четверть на левой ноге в маленькой позе effacée вперед на plié, правая нога носком в пол; на вторую четверть — шаг на полупальцы на правую ногу, левой сделать petit battement и опуститься на plié в маленькой позе croisée вперед, левая нога носком в пол. (Шаг на полупальцы делается на первую восьмую, поза croisée на plié — на вторую восьмую.) Далее такой же шаг с petit battement сделать на левую ногу и опуститься на plié в маленькой позе effacée вперед; шаг на правую ногу и опуститься на plié в позе croisée вперед. С шага перейти на полупальцы на левую ногу и исполнить правой четырнадцать petits battements, на  $\frac{1}{8}$  каждый; на  $\frac{1}{4}$  поставить правую ногу назад в IV позицию — préparation для tour en dehors — на  $\frac{1}{4}$  — tour sur le cou-de-pied en dehors, закончить в IV позицию. То же повторить в обратном направлении.

5. *Grands battements jetés*. 16 тактов по  $\frac{2}{4}$ .

Шесть grands battements с правой ноги в позе croisée вперед, на  $\frac{1}{4}$  каждый; на шестом — demi-plié и на  $\frac{2}{4}$  — полный по-

ворот на полупальцах в V позиции. Шесть *grands battements* с правой ноги в позе IV *arabesque*, *demi-plié* и полный поворот на полупальцах; четыре *grands battements* в сторону с правой ноги и четыре с левой. По прямой линии направо — три раза *tour glissade en tournant*, на  $\frac{2}{4}$  каждый; на  $\frac{2}{4}$  шаг на правую ногу и встать в позу *attitude effacée*, руки в положении *allongé*.

6. *Большое adagio. 12 тактов по  $\frac{4}{4}$ .*

Первый такт: *grand plié* в V позиции (правая нога впереди). Второй такт: с левой ноги — *relevé* на  $90^\circ$  в сторону (руки — III позиция) и поворот в I *arabesque*. Третий и четвертый такты: *tour lent en dedans* в позе I *arabesque*. Пятый и шестой такты: *plié* в *arabesque* и *pas de bourrée* с переменной ног *en dehors*, *en face* и *en tournant*, закончить в IV позицию — *grand préparation* для *tour en dedans*, правая нога впереди. Седьмой такт: *préparation* в I *arabesque*, в заключение — *passé* по I позиции вперед в IV позицию — *préparation* для *tour en dedans*, левая нога впереди. Восьмой такт: *préparation* в *attitude effacée*, на последнюю четверть — *plié* в позе *attitude*. Девятый такт: *pas de bourrée* с переменной ног *en dehors* и шаг правой ногой вперед в большую позу *croisée* назад носком в пол. Десятый такт: *grand port de bras*. Одиннадцатый такт: *grand port de bras* с окончанием в IV позицию в *préparation* для *tour en dedans*. Двенадцатый такт: *préparation à la seconde en dedans*.

*Allegro*

1. 16 тактов по  $\frac{2}{4}$ .

Три *assemblés* в сторону, с правой, с левой и с правой ноги, *entrechat-quatre*. Повторить четыре раза и исполнить в обратном направлении. Каждый прыжок исполняется на  $\frac{1}{4}$ .

2. 8 тактов по  $\frac{4}{4}$ .

С правой ноги — *sissonne ouverte* в маленькой позе *effacée* вперед, *temps levé*, *temps levé* с *demi-rond* в сторону, *assemblé*. Повторить с левой ноги. С правой ноги — *sissonne ouverte* в сторону, *temps levé*, *pas de bourrée dessous en tournant*, *échappé* во II позицию с переменной ног и два *sautés* в V позиции с продвижением вперед. Повторить все с другой ноги. Каждый прыжок делается на  $\frac{1}{4}$ , *pas de bourrée* и *échappé* — на  $\frac{2}{4}$ . То же исполнить в обратном направлении.

3. *Pas chassé. 4 такта по  $\frac{4}{4}$  или 16 тактов по  $\frac{3}{4}$  (вальс).*

С правой ноги — *sissonne tombé croisée* вперед, правая рука на II, левая на III позиции; два *chassés* с большими прыжками с продвижением вперед и скользящий прыжок без отрыва от пола в том же направлении, на  $\frac{1}{4}$  или на 1 такт вальса каждый. С левой ноги — *sissonne tombé croisée* назад, два *chassés* и скользящий прыжок с продвижением назад. То же исполнить

с правой ноги в большой позе effacée вперед в точку 2 и с левой ноги в большой позе effacée назад в точку 6.

*4. 8 тактов по  $\frac{2}{4}$ .*

V позиция, левая нога впереди. Семь emboîtés с продвижением вперед по диагонали в точку 2, на  $\frac{1}{4}$  каждое, на  $\frac{1}{4}$  — assemblé вперед. Семь emboîtés с продвижением назад по диагонали в точку 6, assemblé назад.

*5. 8 тактов по  $\frac{2}{4}$ .*

На  $\frac{1}{4}$  — grande sissonne ouverte в позе croisée вперед, на  $\frac{1}{4}$  assemblé; на  $\frac{1}{4}$  grande sissonne ouverte в сторону, на  $\frac{1}{4}$  assemblé; два grands échappés по II позицию с переменной ног, на  $\frac{2}{4}$  каждое. Повторить с другой ноги. То же исполнить в обратном направлении.

*6. 16 тактов по  $\frac{2}{4}$ .*

Echappé battu с окончанием на одну ногу, другая sur le sou-de-pied сзади; temps levé и assemblé croisée назад. Повторить четыре раза с правой и с левой ноги по очереди и четыре раза в обратном направлении. Каждый прыжок исполняется на  $\frac{1}{4}$ .

*7. Tours en l'air для мужского класса.*

*8. 8 тактов по  $\frac{2}{4}$ .*

Семь temps levé с большими трамплинными прыжками в I позиции, семь во II, на  $\frac{1}{8}$  каждое, последнее temps levé закончить в V позицию; семь и еще раз семь petits changements de pieds, на  $\frac{1}{8}$  каждый.

### ТРЕТИЙ ПРИМЕР

#### ЭКЗЕРСИСА НА ПАЛЬЦАХ

*1. 16 тактов по  $\frac{2}{4}$ .*

Три échappés во II позицию с переменной ног, на  $\frac{2}{4}$  каждое, на  $\frac{2}{4}$  — relevé в V позиции. Повторить с другой ноги. Четыре échappés во II позицию, на  $\frac{2}{4}$  каждое, восемь — на  $\frac{1}{4}$  каждое.

*2. 8 тактов по  $\frac{4}{4}$ .*

Три échappés с окончанием на одну ногу, другая sur le sou-de-pied сзади, на  $\frac{4}{4}$  каждое, третье échappé закончить на plié на одну ногу; pas de bourrée с переменной ног en dehors en face и en tournant, на  $\frac{2}{4}$  каждое. Повторить все с другой ноги. То же исполнить в обратном направлении.

*3. 16 тактов по  $\frac{2}{4}$ .*

Три sissonnes ouvertes на  $45^\circ$  в маленькой позе croisée вперед, одно в сторону, на  $\frac{2}{4}$  каждый. Повторить с другой ноги. Один sissonne ouverte в маленькой позе croisée вперед, один в сторону и два sissonnes simples с переменной ног назад, на  $\frac{2}{4}$  каждый. Повторить с другой ноги. То же исполнить в обратном направлении.

*4. 16 тактов по  $\frac{3}{4}$  (медленный вальс).*

За тактом — plié на левой ноге и déagé правой effacée вперед на 45°. Первый такт: jeté на правую ногу в большую позу attitude effacé. Второй такт: сохраняя позу, опуститься на plié на правой ноге. Третий и четвертый такты: pas de bourrée с переменной ног en dehors. Пятый, шестой, седьмой и восьмой такты: повторить jeté в позу attitude effacée с левой ноги. Следующие восемь тактов также исполнить jetés в позу I arabesque на правую и левую ногу.

5. *Grande sissonne ouverte*. Музыкальный размер  $\frac{4}{4}$ .

В сторону: на первую четверть — demi-plié; на вторую четверть — grande sissonne ouverte в сторону (на 90°); на третью четверть опуститься в V позицию на demi-plié; на четвертую четверть вытянуть колени. Повторить четыре раза с правой и левой ноги по очереди, с переменной работающей ноги назад, и четыре раза в обратном направлении с переменной ноги вперед.<sup>1</sup>

6. 16 тактов по  $\frac{2}{4}$ .

С правой ноги по прямой линии из точки 7 в точку 3 — четыре tours glissades en tournant, на  $\frac{2}{4}$  каждый; четыре sissonnes simples, с переменной ног назад, на  $\frac{1}{4}$  каждый; на  $\frac{2}{4}$  — préparation с V позиции в V, и на  $\frac{2}{4}$  — tour sur le cou-de-pied en dehors. То же повторить с другой ноги.

7. 8 тактов по  $\frac{2}{4}$ .

V позиция, левая нога впереди. По диагонали из точки 6 в точку 2 — три и еще раз три changements de pieds на пальцах, на  $\frac{1}{8}$  каждый. На последнем опуститься на обе ступни. Семь changements de pieds на пальцах en tournant, с поворотом в правую сторону, на  $\frac{1}{8}$  каждый. Продолжать с другой ноги в направлении точки 8; changements de pieds en tournant исполнить в левую сторону.

## ЧЕТВЕРТЫЙ ПРИМЕР УРОКА

### Экзерсис у палки

1. 16 тактов по  $\frac{4}{4}$ .

Два demi-pliés, на  $\frac{2}{4}$  каждое; на  $\frac{4}{4}$  — одно grand plié и два relevés на полупальцы, на  $\frac{4}{4}$  каждое, в I, II, IV и V позициях.

2. *Battements tendus*. 16 тактов по  $\frac{2}{4}$ .

Шестнадцать battements tendus в сторону, на  $\frac{1}{4}$  каждое, причем два раза работающая нога ставится в V позицию вперед, два раза назад и т. д. Тридцать два battements tendus jetés в сторону, на  $\frac{1}{8}$  каждое, соблюдая при этом тот же порядок перемены ног в V позиции.

<sup>1</sup> На следующем уроке так же разучиваются grandes sissonnes ouvertes в больших позах croisée вперед, attitude croisée, attitude effacée, I и III arabesque и поза effacée вперед. По мере усвоения grandes sissonnes исполняются на  $\frac{2}{4}$ .

3. *Ronds de jambe par terre. 24 такта по  $\frac{2}{4}$ .*

На два вступительных аккорда — *préparation en dehors*. Два *ronds de jambe par terre*, на  $\frac{1}{4}$  каждый, три — на  $\frac{1}{8}$  каждый. Все повторить и закончить вперед носком в пол. 4 такта: *relevé* вперед на  $90^\circ$ , *grand rond de jambe en dehors* и *passé* по I позиции вперед на носок. То же повторить *en dedans* и закончить назад носком в пол. 4 такта — *port de bras* с растяжкой на *plié* и перегибом корпуса. 4 такта — *relevé lent* на  $90^\circ$  в позу II *arabesque* и *plié-relevé* на полупальцы.

4. *Battements fondus на  $45^\circ$ . 16 тактов по  $\frac{2}{4}$ .*

На  $\frac{2}{4}$  *fondu* вперед; на  $\frac{2}{4}$  — *plié-relevé* с полуповоротом к палке; на  $\frac{2}{4}$  *plié-relevé* снова с полуповоротом к палке и на  $\frac{2}{4}$  — *plié-relevé* с *demi-rond* в сторону. *Frappés*: пять в сторону, на  $\frac{1}{8}$  каждое, на  $\frac{3}{8}$  — *flic-flac en dehors en face*; четыре *doubles frappés*, на  $\frac{1}{4}$  каждое. Повторить все в обратном направлении, начав правой ногой назад.

5. *Ronds de jambe en l'air. 8 тактов по  $\frac{4}{4}$ .*

На  $\frac{2}{4}$  — *tour sur le cou-de-pied en dehors* с V позиции, на  $\frac{1}{4}$  опуститься на *plié* в маленькую позу *effacée* вперед носком в пол, на  $\frac{1}{4}$  — *relevé* на опорной ноге на полупальцы, работающую ногу открыть в сторону на  $45^\circ$ . Четыре *ronds de jambe en l'air en dehors*, на  $\frac{1}{4}$  каждый, три и еще раз три на  $\frac{1}{8}$  каждый, закончить третий *rond de jambe* в позу *effacée* вперед носком в пол на *plié*. На  $\frac{4}{4}$  — *relevé* на  $90^\circ$  в позу *effacée* вперед, в заключение опустить работающую ногу в V позицию сзади. Повторить все *en dedans*.

6. *Petits battements sur le cou-de-pied. 16 тактов по  $\frac{2}{4}$ .*

Четырнадцать *petits battements* вперед, на  $\frac{1}{8}$  каждый; на последнем исполнить *demi-plié* на опорной ноге и остаться в этом положении на протяжении четверти. Четырнадцать *petits battements* назад и на *demi-plié* — небольшой перегиб корпуса назад. Повторить по четырнадцать *petits battements* вперед и назад.

7. *Battements développés. 16 тактов по  $\frac{4}{4}$ .*

Первый такт: *développé* вперед. Второй такт: *plié-relevé* на полупальцы с *demi-rond* в сторону; закончить в V позицию. Третий и четвертый такты: *développé* в сторону и *plié-relevé* с *demi-rond* вперед; закончить в V позицию. Пятый, шестой, седьмой и восьмой такты: *grand rond de jambe développé en dehors* на полупальцах, *passé* на  $90^\circ$  и еще раз *grand rond de jambe en dehors*. То же повторить в обратном направлении.

8. *Grands battements jetés. 8 тактов по  $\frac{4}{4}$ .*

По восемь *grands battements* вперед, в сторону и назад, на  $\frac{1}{4}$  каждый; на 2 такта — *port de bras* с перегибом корпуса.

## Экзерсис на середине зала

### 1. Маленькое *adagio*. 16 тактов по $\frac{1}{4}$ .

Первый и второй такты: *temps lié* вперед на  $90^\circ$ . Третий такт: не опуская работающей ноги — *tour lent à la seconde en dedans*. Четвертый такт: *demi-rond en dedans* в позу *croisée* вперед, *relevé* на полупальцы, в заключение опустить работающую ногу в V позицию. Повторить с другой ноги и исполнить в обратном направлении с *tours lents à la seconde en dehors* и *demi-rond en dehors* в позу *attitude croisée*.

### 2. *Battements tendus*. 12 тактов по $\frac{1}{4}$ .

Восемь *battements tendus* в сторону (по одному *battement* с правой и с левой ноги по очереди), каждый раз с переменной ног в V позицию назад; восемь с переменной ног в V позицию вперед, т. е. с продвижением назад и вперед на  $\frac{1}{4}$  каждое. Руки при продвижении назад поднимаются из подготовительного положения на II позицию и соединяются в III, при продвижении вперед постепенно открываются на II позицию. *Battements tendus jetés*: с правой ноги в сторону семь и еще раз семь, на  $\frac{1}{8}$  каждое. То же повторить с левой ноги. 2 такта: с правой ноги — *tour sur le cou-de-pied en dehors* со II позиции, 2 такта: с левой ноги — *tour sur le cou-de-pied en dehors* со II позиции.

### 3. *Ballotté*.<sup>1</sup> 8 тактов по $\frac{1}{4}$ .

С правой ноги — *ballotté* в большой позе *effacée* вперед, с левой ноги в большой позе *effacée* назад *allongé* на  $\frac{1}{4}$  каждое. Повторить еще раз. Четыре *soutenus* на  $90^\circ$  в сторону, на  $\frac{2}{4}$  каждое, с правой и с левой ноги по очереди. 2 такта: с правой ноги — *préparation* для *tour à la seconde en dehors*.

### 4. *Jetés en tournant* с продвижением в сторону по $\frac{1}{2}$ *tour*. Музыкальный размер $\frac{1}{4}$ .

Движение по прямой линии из точки 7 в точку 3.

а) На первую четверть — *jeté en tournant* на правую ногу с полуповоротом *en dedans*; на вторую четверть — *demi-plié* на правой ноге, левая вытянута в сторону носком в пол; на третью четверть — *jeté en tournant* на левую ногу с полуповоротом *en dehors* в зеркало; на четвертую четверть — *demi-plié* на левой ноге, правая вытянута в сторону носком в пол. Исполнить восемь *jetés en tournant* с поворотами *en dedans*, *en dehors*; восемь — с поворотами *en dehors*, *en dedans* в том же направлении.

б) *Jetés en tournant* исполняются на  $\frac{2}{4}$  каждое, но в заключение каждого *jeté* нога открывается в сторону на  $45^\circ$ .<sup>2</sup>

<sup>1</sup> В данном уроке *ballotté* на  $90^\circ$  заменяет комбинацию *battements fondus*. По мере усвоения исполняется на  $\frac{2}{4}$  каждое.

<sup>2</sup> По мере усвоения *jetés en tournant* делаются на  $\frac{1}{4}$  каждое. Поворот на  $\frac{1}{2}$  *tour* исполняется за тактом, остановка на опорной ноге на *demi-plié* (работающая нога вытянута в сторону), т. е. окончание каждого *jeté* — на четверть.



5. *Большое adagio. 8 тактов по  $\frac{1}{4}$ .*

Первый такт: grand plié во II позиции со II port de bras, в заключение встать на правую ногу в позу II arabesque на  $90^\circ$ . Второй такт: слегка наклонить корпус и повернуться в позу écartée назад. Третий и четвертый такты: из позы écartée — tombé на plié на левую ногу в точку 6 в позу II arabesque, повернуться в позу effacée вперед в точку 2 (опорная нога вытягивается в колесо), правая рука в III, левая на I позиции в положении arabesque; relevé на полупальцы, закончить в V позицию, правая нога сзади. Пятый и шестой такты: с левой ноги — développée в позу croisée вперед, relevé на полупальцы, tombé на plié на левую ногу (правая сзади носком в пол) и port de bras с растяжкой на plié и перегибом корпуса, закончить в IV позицию — grand préparation для tour en dedans. Седьмой такт: préparation для tour в позе croisée вперед, на последнюю четверть опуститься в IV позицию — grand préparation en dehors. Восьмой такт: préparation для tour в позе effacée вперед.

*Allegro*

1. *16 тактов по  $\frac{2}{4}$ .*

Assemblé в сторону с правой и с левой ноги с переменной ног вперед, на  $\frac{1}{4}$  каждое; на  $\frac{2}{4}$  — sissonne tombée croisée вперед на правую ногу, находящуюся в V позиции сзади (во время прыжка эта нога переносится вперед). Повторить четыре раза и исполнить в обратном направлении.

2. *Assemblé battu (первоначальное изучение). Музыкальный размер  $\frac{4}{4}$ .*

Каждое assemblé исполняется на 1 такт.

3. *16 тактов по  $\frac{2}{4}$ .*

Jeté в сторону с правой и с левой ноги, на  $\frac{1}{4}$  каждое; на  $\frac{2}{4}$  — pas de bourrée с переменной ног en tournant en dehors; повторить с другой ноги. На  $\frac{1}{4}$  — jeté в сторону, два temps levé, на  $\frac{1}{8}$  каждое; сделать четыре раза с правой и с левой ноги по очереди; короткое coupé и повторить всю комбинацию в обратном направлении.

4. *8 тактов по  $\frac{4}{4}$ .*

Echappé battu с окончанием на одну ногу, другая — sur le cou-de-pied сзади, temps levé, короткое coupé и assemblé с продвижением croisée вперед. Два ballonnés croisée вперед, assemblé в сторону, royale. Каждый прыжок исполняется на  $\frac{1}{4}$ . Повторить с другой ноги и исполнить в обратном направлении.

5. *8 тактов по  $\frac{2}{4}$ .*

Grande sissonne ouverte в attitude croisée, закончить assemblé; grande sissonne ouverte в attitude effacée, закончить assemblé в V позицию вперед; четыре grands changements de pieds. Повторить с другой ноги. Все прыжки исполнить на  $\frac{1}{4}$  каждый. То же исполнить в обратном направлении.

6. 8 тактов по  $\frac{2}{4}$ .

Grande sissonne ouverte в I arabesque в точку 2, закончить assemblé в V позицию вперед; grande sissonne ouverte в III arabesque, закончить assemblé; два grands échappés в IV позицию croisés. Повторить с другой ноги. Все прыжки исполнить на  $\frac{1}{4}$  каждый, grand échappé — на  $\frac{2}{4}$  каждое.

7. *Tours en l'air* для мужского класса.

Один или два tours по возможности учащихся.

8. 4 такта по  $\frac{4}{4}$ .

Три entrechat-quatre, один goyale, на  $\frac{1}{4}$  каждый. Повторить четыре раза.

9. 4 такта по  $\frac{2}{4}$ .

Шестнадцать petits changements de pieds, на  $\frac{1}{8}$  каждый.

### ЧЕТВЕРТЫЙ ПРИМЕР ЭКЗЕРСИСА НА ПАЛЬЦАХ

1. 16 тактов по  $\frac{2}{4}$ .

Два échappés во II позицию с переменной ног, на  $\frac{2}{4}$  каждое; на  $\frac{4}{4}$  — одно double échappé во II позицию. Исполнить три раза. Echappé en tournant на  $\frac{1}{2}$  поворота в точку 5 и échappé en face в точку 5; échappé en tournant на  $\frac{1}{2}$  поворота в точку 1 и échappé en face в точку 1, на  $\frac{2}{4}$  каждое.

2. 8 тактов по  $\frac{4}{4}$ .

Два échappés во II позицию с окончанием на одну ногу с sur le cou-de-pied сзади, на  $\frac{4}{4}$  каждое; в заключение второго échappé открыть ногу с cou-de-pied в сторону на  $45^\circ$ . На  $\frac{4}{4}$  — pas de bourrée dessus-dessous en face и на  $\frac{4}{4}$  — pas de bourrée dessus-dessous en tournant, закончить в V позицию. Jeté вперед в маленькой позе croisée с plié-relevé, на  $\frac{4}{4}$  каждое, исполнить три раза. Заканчивая третье jeté, открыть ногу с cou-de-pied в сторону на  $45^\circ$  и на  $\frac{4}{4}$  исполнить pas de bourrée dessus-dessous en tournant.

3. 8 тактов по  $\frac{4}{4}$ .

Четыре sissonnes ouvertes на  $45^\circ$  в маленькие позы effacée вперед, с правой и с левой ноги по очереди, заканчивая все sissonnes в V позицию назад, на  $\frac{2}{4}$  каждый. Два sissonnes ouvertes в сторону, с правой и с левой ноги, на  $\frac{2}{4}$  каждый;  $\frac{4}{4}$  — préparation с V позиции в V и tour sur le cou-de-pied en dehors. Повторить все с другой ноги. То же исполнить в обратном направлении.

4. 8 тактов по  $\frac{2}{4}$ .

Два grandes sissonnes ouvertes в сторону, с правой и с левой ноги; grande sissonne ouverte с правой ноги в attitude croisée и в attitude effacée, на  $\frac{2}{4}$  каждый. Повторить с другой ноги. То же исполнить в обратном направлении.

5. 4 такта по  $\frac{4}{4}$ .

На  $\frac{4}{4}$  — préparation с V позиции в IV и préparation для tour

sur le cou-de-pied en dehors закончить в V позицию. Исполнить четыре раза с правой и с левой ноги по очереди. То же повторить с tours sur le cou-de-pied en dehors.

6. 32 такта по  $\frac{3}{4}$  (медленный вальс).

8 тактов: с правой ноги медленные pas de bourrée suivi по прямой линии из точки 7 и точку 3, правая рука на III, левая на II позиции; на последнем такте поставить левую ногу на пальцы в V позицию вперед. 8 тактов: оставаясь на пальцах, исполнить IV port de bras. 8 тактов: с левой ноги — pas de bourrée suivi croisée вперед, правая рука на III, левая на II позиции allongé 8 тактов: pas de bourrée suivi croisée назад, руки постепенно опустить в подготовительное положение.

## Второе полугодие

### ПЯТЫЙ ПРИМЕР УРОКА

#### Экзерсис у палки

1. 16 тактов по  $\frac{1}{4}$ .

Два demi-pliés, на  $\frac{2}{4}$  каждое; два grands pliés, на  $\frac{1}{4}$  каждое; на  $\frac{1}{4}$  — одно relevé на полупальцы в I, II, IV и V позициях.

2. Battements tendus. 48 тактов по  $\frac{2}{4}$ .

Шесть battements tendus вперед, на  $\frac{1}{4}$  каждое, и на  $\frac{2}{4}$  — полный поворот в V позиции на полупальцах к палке. Шесть battements tendus назад и полный поворот от палки. Четыре doubles tendus в сторону, на  $\frac{2}{4}$  каждое. 4 такта: открыть работающую ногу в сторону носком в пол и перегнуться к палке, подняв руку в III позицию; закончить в V позицию сзади. Повторить все в обратном порядке. Battements tendus jetés: в I позиции семь, семь и семь, на  $\frac{1}{8}$  каждое; piqué — пять и пять, на  $\frac{1}{16}$  каждое. Повторить tendus jetés и piqué.

3. Ronds de jambe par terre. 24 такта по  $\frac{2}{4}$ .

На два вступительных аккорда — préparation en dehors. Четыре ronds de jambe par terre, на  $\frac{1}{4}$  каждый, семь — на  $\frac{1}{8}$  каждый, закончить effacée вперед носком в пол. 2 такта: relevé lent на  $90^\circ$  в позу effacée вперед. 2 такта: plié-relevé на полупальцы и опустить работающую ногу носком в пол. Повторить en dedans. Relevé lent на  $90^\circ$  и plié-relevé на полупальцы исполнить в позе attitude effacée. 4 такта: обвод на plié en dehors — en dedans, закончить в V позицию на полупальцах. 4 такта: port de bras с перегибом корпуса на полупальцах.

4. Battements fondus на  $45^\circ$ . 12 тактов по  $\frac{1}{4}$ .

Double fondu вперед и в сторону, на  $\frac{2}{4}$  каждое; на  $\frac{2}{4}$  — fondu вперед и на  $\frac{1}{4}$  — plié-relevé с полным rond en dehors

(назад). На  $\frac{1}{8}$  — petit battement, на  $\frac{2}{4}$  — fondu вперед; plié-relevé с полуповоротом к палке, plié-relevé снова с полуповоротом к палке, plié-relevé с demi-ronд в сторону, на  $\frac{2}{4}$  каждое. Повторить все в обратном направлении, начав правой ногой назад. Frappés: в сторону три, на  $\frac{1}{8}$  каждое, на  $\frac{2}{4}$  опуститься в V позицию на demi-plié, работающая нога сзади, и подняться на полупальцы, открыв работающую ногу в сторону на  $45^\circ$ ; повторить frappés, на demi-plié в V позиции поставить работающую ногу впереди; восемь doubles frappés в сторону, на  $\frac{1}{4}$  каждое.

5. *Ronds de jambe en l'air. 8 тактов по  $\frac{1}{4}$ .*

На  $\frac{1}{4}$  — préparation для tour sur le cou-de-pied temps relevé en dehors, в заключение открыть работающую ногу в сторону на  $45^\circ$ . Четыре ronds de jambe en l'air, на  $\frac{1}{4}$  каждый, семь и еще раз семь, на  $\frac{1}{8}$  каждый. Повторить все en dedans.

6. *Petits battements sur le cou-de-pied. 16 тактов по  $\frac{2}{4}$ .*

Семь petits battements вперед, на  $\frac{1}{8}$  каждый, седьмой закончить demi-plié; семь petits battements назад, на  $\frac{1}{8}$  каждый; шесть petits battements вперед, на  $\frac{1}{8}$  каждый, на  $\frac{1}{4}$  открыть работающую ногу вперед на  $45^\circ$ ; на  $\frac{1}{4}$  — полуповорот на опорной ноге на полупальцах к палке, на  $\frac{1}{4}$  — полуповорот обратно к палке и на  $\frac{2}{4}$  — demi-ronд в сторону. Повторить все в обратном порядке.

7. *Battements développés. 16 тактов по  $\frac{1}{4}$ .*

Первый и второй такты: grand ronд de jambe développé en dehors на всей ступне, на последние две четверти — passé на  $90^\circ$  и одновременно plié на опорной ноге. Третий и четвертый такты: grand ronд de jambe développé en dehors на plié, на последние две четверти — passé на  $90^\circ$  и одновременно relevé на полупальцы на опорной ноге. Пятый и шестой такты: grand ronд de jambe développé en dehors на полупальцах и passé на  $90^\circ$ . Седьмой и восьмой такты: développé в позу écartée назад, passé на  $90^\circ$  в позу attitude effacée. Повторить en dedans.

8. *Grands battements jetés. 8 тактов по  $\frac{2}{4}$ .*

По четыре grands battements в позы effacée вперед, écartée назад, effacée назад и écartée вперед, на  $\frac{1}{4}$  каждый.

### *Экзерсис на середине зала*

1. *Маленькое adagio и battements tendus. 8 тактов по  $\frac{1}{4}$ .*

Первый такт: grand plié в I позиции. Второй такт: с правой ноги — développé в сторону. Третий такт: на первую четверть, сохраняя положение, подняться на полупальцы, на вторую четверть принять позу effacée вперед и опуститься на всю ступню; на третью четверть снова подняться на полупальцы, на четвертую четверть отвести работающую ногу в сторону и опуститься на всю ступню. Четвертый такт: plié-relevé в предыдущем положении (работающая нога в сторону на  $90^\circ$ ), в конце опу-

ститься во II позицию. Пятый такт: *grand plié* во II позиции. Шестой такт: с левой ноги — *développé* в сторону. Седьмой такт: подняться на полупальцы, повернуться в *attitude effacée* и опуститься на всю ступню; подняться в *attitude* на полупальцы и, проведя работающую ногу в сторону, опуститься на всю ступню. Восьмой такт: *plié-relevé* в предыдущем положении, закончить в V позицию, левая нога впереди. *Battements tendus* 4 такта. С левой ноги — два *battements tendus* вперед, на  $\frac{1}{4}$  каждое, три *battements tendus jetés* на  $\frac{1}{8}$  каждое. Повторить в сторону, назад и в сторону. 2 такта: *tour sur le cou-de-pied en dehors* со II позиции; 2 такта: *tour sur le cou-de-pied en dedans* со II позиции.

2. *Ronds de jambe par terre. 12 тактов по  $\frac{4}{4}$ .*

На два вступительных аккорда — *préparation en dehors*. Три *ronds de jambe par terre en face*, четвертый — *en tournant* на  $\frac{1}{4}$  поворота. Исполнить четыре раза. Повторить *en dedans*. Каждый *rond de jambe* делать на  $\frac{1}{4}$ . 2 такта — обвод на *plié en dedans* — *en dehors*, закончить в IV позицию *croisée, grande préparation* для *tour en dehors*; 2 такта — два *préparation* для *tours* в позе *attitude croisée*.

3. *Jetés en tournant с продвижением в сторону по  $\frac{1}{2}$  tour. 8 тактов по  $\frac{4}{4}$ .*

Шесть *jetés en tournant*, на  $\frac{1}{4}$  каждое, на  $\frac{1}{8}$  подняться на полупальцы и исполнить три *frappés*, на  $\frac{1}{8}$  каждое; семь *frappés*, на  $\frac{1}{8}$  каждое, и на  $\frac{4}{4}$  — *tour sur le cou-de-pied en dehors* с V позиции. Продолжать с другой ноги. То же исполнить в обратном порядке.

4. *Grands battements jetés. 8 тактов по  $\frac{2}{4}$ .*

С правой ноги — четыре *grands battements* в позе *croisée* вперед; с левой ноги — четыре в позе III *arabesque* и четыре в позе IV *arabesque*; с правой ноги — четыре в сторону, на  $\frac{1}{4}$  каждый.

5. *Большое adagio. 12 тактов по  $\frac{4}{4}$ .*

Первый такт: с правой ноги — *grand port de bras*. Второй такт: с левой ноги — *relevé lent* на  $90^\circ$  в позу III *arabesque*. Третий такт: *tour lent en dehors* в III *arabesque*. Четвертый такт: *relevé* на полупальцы в *arabesque*, закончить в V позицию. Пятый и шестой такты: с правой ноги — *développé* в позу *écartée* назад, поворот *lent en dehors* с *passé* на  $90^\circ$ , закончить позой *écartée* назад. Седьмой такт: *demi-rond en dehors* в позу IV *arabesque*, в заключение — *plié* на опорной ноге. Восьмой такт: шаг назад на правую ногу, *passé* по I позиции и левой — *relevé* на  $90^\circ$  в I *arabesque* в точку 2. Девятый такт: *tour lent en dedans* в I *arabesque*. Десятый такт: *relevé* на полупальцы в *arabesque* и *passé* по I позиции вперед в IV позицию — *grand préparation en dehors*. Одиннадцатый такт: *préparation* для *tour* в III *arabesque*, закончить в V позицию. Двенадцатый такт: с левой ноги — два *glissades* в сторону с переменной ног, шаг на

левую ногу в точку 7 на plié, правая сзади носком в пол, правая рука на III, левая на II позиции, перегнуться назад. (Вся фигура находится на прямой линии — точка 7 — точка 3, левое плечо отведено назад, правая рука в III позиции повернута локтем вперед, голова направо.)

### *Allegro*

#### *1. 8 тактов по $\frac{2}{4}$ .*

С правой ноги — *assemblé* в сторону, *entrechat-quatre*, с левой ноги — *assemblé* в сторону, *royale*; с левой ноги — *assemblé* в сторону, *entrechat-quatre*, с правой — *assemblé royale*. Повторить. Каждый прыжок делается на  $\frac{1}{4}$ . То же исполнить в обратном направлении.

#### *2. 8 тактов по $\frac{2}{4}$ .*

Два *sissonnes fermées* в маленькой позе *écartée* назад, с правой и с левой ноги, на  $\frac{1}{4}$  каждый; три *sissonnes fermées* в сторону с правой, с левой и с правой ноги, на  $\frac{1}{8}$  каждый; два *sissonnes fermées* с продвижением вперед в маленькой позе *croisée*, на  $\frac{1}{4}$  каждый, и три — на  $\frac{1}{8}$  каждый. Повторить с другой ноги. То же исполнить в обратном направлении.

#### *3. 4 такта по $\frac{4}{4}$ или 16 тактов по $\frac{3}{4}$ (вальс).*

За тактом с правой ноги — *développé* на полупальцах в позе *croisée* вперед; на первую четверть — *tombé* и на следующие три четверти — *pas chassé* вперед (как описано в третьем примере урока). На последнюю восьмую (за тактом) с левой ноги — *développé* на полупальцах в позе *attitude croisée*, *tombé* и *chassé* назад. Далее: с правой ноги — *développé* на полупальцах в позе *effacée* вперед и *chassé* вперед; с левой ноги — *développé* на полупальцах в *attitude effacée* и *chassé* назад.

#### *4. 8 тактов по $\frac{2}{4}$ .*

С правой ноги — *grande sissonne ouverte* в сторону, *assemblé*, закончить в V позицию, правая нога впереди; с правой ноги — *grande sissonne ouverte* в позе *écartée* назад, *assemblé*, закончить в V позицию, правая нога сзади. Повторить с левой ноги. Два *grands échappés* во II позицию с переменной ног. *Grande sissonne ouverte* в позе *écartée* назад и *assemblé*, с правой и левой ноги. Каждый прыжок исполнить на  $\frac{1}{4}$ . То же повторить в обратном направлении.

#### *5. Entrechat-trois и entrechat-cinque. Музыкальный размер $\frac{4}{4}$ .*

На первую четверть — *demi-plié*; между первой и второй четвертью — прыжок *entrechat-trois* назад; на вторую четверть — окончание прыжка на *demi-plié*; на третью четверть — *assemblé*, на четвертую четверть вытянуть колени. Повторить четыре раза с правой и левой ноги по очереди, затем исполнить *entrechat-trois* вперед. *Entrechat-cinque* разучивается так же.<sup>1</sup>

<sup>1</sup> По мере усвоения *entrechat-trois* и *entrechat-cinque* делаются на  $\frac{1}{4}$ .

6. 16 тактов по  $\frac{2}{4}$ .

Два *échappés battus* сложных, на  $\frac{2}{4}$  каждое, три *entrechat- quatre*, один *gouale*, на  $\frac{1}{4}$  каждый. Исполнить четыре раза с правой и левой ноги по очереди.

7. 32 такта по  $\frac{3}{4}$  (вальс).

У позиция, левая нога впереди. Движение по диагонали из точки 6 в точку 2. С правой ноги — *sissonne tombée* в IV позицию *effacée*, с левой ноги (непосредственно из IV позиции) — *sissonne tombée* в IV позицию *croisée*. Таким образом исполнить шесть *sissonnes tombées* на 1 такт каждый. При исполнении *sissonnes tombées* на *effacée* правая рука на II, левая на I позиции, при исполнении *sissonnes tombées* на *croisée* левая рука на II, правая на I позиции. На *effacée* корпус слегка склоняется направо, на *croisée* слегка откидывается назад. 2 такта: встать на правую ногу, левая сзади носком в пол, в позу II *agabesque*. 6 тактов: двигаясь по диагонали вверх из точки 2 в точку 6, с левой ноги исполнить сценический *pas de basque en tournant*, правая рука в III позиции, левая — на II, и *balansé* на правую ногу в позе II *agabesque* в направлении точки 2. Исполнить три раза. 2 такта: маленький шаг в сторону на левую ногу, большой шаг назад на правую ногу в позу *croisée* вперед, левая нога носком в пол. 8 тактов: с правой ноги — три *pas de chat* назад и *pas de bougrée* с переменной ног *en dehors*. Повторить *pas de chat* с левой ноги. 8 тактов: с правой ноги — сценический *sissonne* в позу I *agabesque* и сценический бег в точку 4.

8. 8 тактов по  $\frac{2}{4}$ .

Семь *petits changements de pieds*, на  $\frac{1}{8}$  каждый, повторить четыре раза.

## ПЯТЫЙ ПРИМЕР

### ЭКЗЕРСИСА НА ПАЛЬЦАХ

1. 16 тактов по  $\frac{2}{4}$ .

Шестнадцать *relevés* в I, шестнадцать во II позиции, на  $\frac{1}{4}$  каждое.

2. 16 тактов по  $\frac{2}{4}$ .

Четыре *échappés* во II позицию с переменной ног, на  $\frac{1}{4}$  каждое, два *doubles échappés*, на  $\frac{2}{4}$  каждое. Исполнить четыре раза.

3. 16 тактов по  $\frac{2}{4}$ .

Четыре *sissonnes simples*, с переменной ног назад, два *sissonnes simples en tournant* по  $\frac{1}{2}$  поворота, на  $\frac{2}{4}$  каждый; четыре *sissonnes simples*, с переменной ног вперед, на  $\frac{1}{4}$  каждый. Повторить

4. 32 такта по  $\frac{3}{4}$  (вальс).

*Préparation* — левая нога *croisée* сзади носком в пол. За тактом — *plié* на правой ноге, левую согнуть *sur le cou-de-pied*

сзади. Четыре *soupiré-ballonnés* в сторону с окончанием *sur le sou-de-pied* назад, на 2 такта каждое. На первом *ballonné* открыть руки на II позицию и при перегибе корпуса налево поднять правую руку в III позицию, левую оставить на II. На втором *ballonné* при перегибе корпуса направо поднять левую руку в III позицию, правая остается на II и т. д. На 1 такт провести левую ногу вперед и поставить ее в IV позицию *croisée* на *demi-plié*, руки опустить в подготовительное положение. На 1 такт вскочить на пальцы в *attitude croisée*, руки поднять в III позицию. На 2 такта опуститься в IV позицию *demi-plié* на левой ноге и медленно раскрыть руки на II позицию. Следующие 4 такта — поставить правую ногу вперед в IV позицию *croisée* и повторить *attitude croisée*. *Soupiré*, и на 8 тактов повторить четыре *ballonnés*; *dégagé* левой ногой в сторону носком в пол и на 8 тактов — *pas de bourrée suivi* по диагонали вверх в точку 4, левая нога впереди. Левая рука на I, правая на II позиции, кисти в положении *arabesque*.

5. 16 тактов по  $\frac{3}{4}$  (вальс).

4 такта: *jeté* на правую ногу в большую позу I *arabesque* в точку 2, *plié* и *pas de bourrée* с переменной *leg en dehors*. 4 такта: *jeté* на левую ногу в I *arabesque* в точку 8, *plié* и *pas de bourrée* с переменной *leg en dehors*. 4 такта: *jeté* на правую ногу в большую позу III *arabesque*, *plié* и *pas de bourrée* с переменной *leg en dehors*. 4 такта: с левой ноги — *préparation* с V позиции в IV и *tour sur le sou-de-pied en dehors*.

6. 4 такта по  $\frac{1}{4}$ .

*Préparation* с V позиции в IV и *préparation* для *tour sur le sou-de-pied en dedans*, закончить в V позицию. Исполнить четыре раза с правой и четыре раза с левой ноги. То же повторить с *tours sur le sou-de-pied en dedans*.

## ШЕСТОЙ ПРИМЕР УРОКА

### Экзерсис у палки

1. 16 тактов по  $\frac{1}{4}$ .

Два *demi-pliés*, два *grands pliés* в I, II и IV позициях, на  $\frac{1}{4}$  каждое; два *grands pliés* в V позиции, на  $\frac{1}{4}$  каждое, и на 2 такта — *port de bras* с перегибом корпуса.

2. *Battements tendus*. 16 тактов по  $\frac{2}{4}$ .

Четыре *battements tendus* вперед, на  $\frac{1}{4}$  каждое, семь *battements tendus jetés* вперед, на  $\frac{1}{8}$  каждое. Повторить в сторону, назад и в сторону.

3. *Ronds de jambe par terre*. 24 такта по  $\frac{2}{4}$ .

На два вступительных аккорда — *préparation en dehors*. Четыре *ronds de jambe par terre*, на  $\frac{1}{4}$  каждый, закончить вперед носком в пол на *plié*; 2 такта — обвод на *plié en dedans* — *en dehors*. Четыре *ronds de jambe par terre en dehors*, на  $\frac{1}{4}$  каж-



дый, три и еще раз три, на  $\frac{1}{8}$  каждый. Повторить en dedans 4 такта — обвод на plié en dedans и полуповорот к палке (работающая нога носком в пол), вытянуть колено опорной ноги. 4 такта — port de bras с растяжкой на plié и перегибом корпуса (левая рука в III позиции).

4. *Battements soutenus*. 8 тактов по  $\frac{4}{4}$ .

Два soutenus вперед носком в пол, на  $\frac{1}{4}$  каждое, на  $\frac{2}{4}$  — soutenu на  $90^\circ$ . Повторить в сторону, назад и в сторону. Frappés: в сторону семь, на  $\frac{1}{8}$  каждое; на  $\frac{4}{4}$  — tour sur le cou-de-pied en dehors с V позиции, в заключение открыть работающую ногу в сторону на  $45^\circ$ ; четыре doubles frappés, на  $\frac{1}{4}$  каждое, и на  $\frac{4}{4}$  — tour sur le cou-de-pied en dedans с V позиции.

5. *Ronds de jambe en l'air*. 8 тактов по  $\frac{4}{4}$ .

На  $\frac{4}{4}$  — préparation temps relevé en dehors для tour sur le cou-de-pied, в заключение открыть работающую ногу в сторону на  $45^\circ$ . Четыре ronds de jambe en l'air, на  $\frac{1}{4}$  каждый, семь — на  $\frac{1}{8}$  каждый, закончить в маленькую позу effacée вперед носком в пол на plié; на  $\frac{2}{4}$  — soutenu en tournant en dedans, закончить в маленькую позу effacée назад носком в пол на plié и на  $\frac{2}{4}$  — relevé на полупальцы, работающую ногу провести в сторону на  $45^\circ$ . Повторить все en dedans.

6. *Petits battements sur le cou-de-pied*. 16 тактов по  $\frac{2}{4}$ .

Шесть petits battements, на  $\frac{1}{8}$  каждый; на  $\frac{1}{4}$  опуститься на всю ступню, работающую ногу открыть в сторону носком в пол. Doubles frappés носком в пол с подъемом на полупальцы и опусканием на всю ступню — вперед, назад — с полуповоротом к палке, вперед — снова с полуповоротом в сторону палки, и в сторону, на  $\frac{1}{4}$  каждое. Повторить в обратном порядке (doubles frappés исполнить с полуповоротами от палки). Повторить всю комбинацию сначала.

7. *Battements développés*. 16 тактов по  $\frac{4}{4}$ .

Первый такт: développé в сторону и demi-rond вперед. Второй и третий такты: полуповорот к палке и полуповорот обратно (снова к палке). Четвертый такт: plié-relevé на полупальцы с demi-rond в сторону. Пятый такт: développé в сторону и demi-rond назад. Шестой и седьмой такты: полуповорот от палки и полуповорот в обратную сторону (снова от палки). Восьмой такт: plié-relevé на полупальцы с demi-rond в сторону. Все повторить.

8. *Grands battements jetés*. 8 тактов по  $\frac{2}{4}$ .

Два grands battements простых, два мягких battements — вперед, в сторону, назад и в сторону, на  $\frac{1}{4}$  каждый.

*Экзерсис на середине зала*

1. *Маленькое adagio и battements tendus*. 16 тактов по  $\frac{4}{4}$ .

Первый такт: grand plié в I позиции. Второй такт: с правой ноги — développé в позе effacée вперед. Третий такт: tour lent

en dehors в позе effacée. Четвертый такт: plié-relevé на полупальцы, закончить в I позицию и встать во II. Пятый такт: grand plié во II позиции. Шестой такт: с правой ноги — développé en attitude effacée. Седьмой такт: tour lent en dedans в позе attitude effacée. Восьмой такт: plié-relevé на полупальцы, закончить в V позицию, правая нога впереди. Девятый такт: grand plié в V позиции. Десятый такт: с левой ноги — développé во II arabesque. Одиннадцатый такт: tour lent en dedans в позе II arabesque. Двенадцатый такт: plié — relevé на полупальцы, закончить в V позицию, левая нога впереди. Тринадцатый и четырнадцатый такты: с левой ноги — grand rond de jambe développé en dehors на полупальцах. Пятнадцатый и шестнадцатый такты: с правой ноги — шаг вперед на полупальцы в V позицию, левую руку открыть в III, правую на II позицию и исполнить IV port de bras, в заключение опустить руки в подготовительное положение.

Battements tendus — 8 тактов. С правой ноги — восемь battements tendus в маленькой позе croisée вперед, с левой — восемь в маленькой позе croisée назад, на  $\frac{1}{4}$  каждое. Battements tendus jetés: с правой ноги — семь в сторону, на  $\frac{1}{8}$  каждое, седьмое закончить demi-plié — préparation для tour — и на  $\frac{4}{4}$  — tour sur le cou-de-pied en dehors с V позиции. Повторить battements tendus jetés, tour исполнить en dedans.

2. *Battements fondus на 90°. 8 тактов по  $\frac{2}{4}$ .*

По два fondus вперед, в сторону, назад и в сторону, на  $\frac{2}{4}$  каждое.

3. *Ronds de jambe en l'air. 8 тактов по  $\frac{2}{4}$ .*

Восемь ronds de jambe en l'air en dehors, на  $\frac{1}{4}$  каждый, восьмой закончить demi-plié; четыре jetés en tournant с продвижением в сторону на  $\frac{1}{2}$  tour, на  $\frac{1}{4}$  каждое, и pas de bourrée dessous-dessus en tournant, на  $\frac{2}{4}$  каждое. En dedans исполнить отдельно: jetés en tournant с обратными поворотами — en dehors — en dedans, pas de bourrée en tournant dessus-dessous.

4. *Petits battements sur le cou-de-pied. 8 тактов по  $\frac{4}{4}$ .*

Четырнадцать petits battements, на  $\frac{1}{8}$  каждый, на  $\frac{1}{4}$  перенести работающую ногу sur le cou-de-pied назад, demi-plié на опорной ноге; на  $\frac{2}{4}$  — pas de bourrée с переменной ног en tournant en dehors, на  $\frac{2}{4}$  — pas de bourrée с переменной ног en dehors en face. Закончить в IV позицию croisée в préparation для tour en dehors; на  $\frac{4}{4}$  — tour sur le cou-de-pied, в заключение открыть работающую ногу в сторону на 45°. Следующие 4 такта повторить petits battements, pas de bourrée с переменной ног en dedans en tournant и en face, tour с IV позиции исполнить en dedans, закончить его в V позицию на demi-plié.

5. *Большое adagio. 12 тактов по  $\frac{4}{4}$ .*

Первый такт: V port de bras. Второй такт: с левой ноги — développé в позу III arabesque и опуститься на plié. Третий такт: tour lent en dehors в позе III arabesque на plié. Четвертый

такт: шаг назад на левую ногу, с правой — *développé* в позу *croisée* вперед, правая рука в III позиции, *demi-rond* в сторону. Пятый такт: повернуться на II *arabesque* в точку 8, *passé* на 90° с поворотом *en dedans* в позу *écartée* вперед (правым плечом в точку 8). Шестой такт: *plié* в позе *écartée* и *pas de bourrée* с переменой ног *en tournant en dedans*. Седьмой такт: с правой ноги — *développé* в *attitude croisée* и *demi-rond* в сторону. Восьмой такт: сохраняя положение *relevé* на полупальцы, исполнить *passé* по I позиции на *demi-plié* вперед и встать на правую ногу в большую позу *croisée*, левая нога сзади носком в пол. Девятый такт: *grand port de bras* с окончанием в IV позицию в *grand préparation* для *tour en dehors*. Десятый такт: *préparation* в III *arabesque*. Одиннадцатый такт: шаг вперед на правую ногу в позу IV *arabesque* на 90°, закончить в V позицию. Двенадцатый такт: шаг на правую ногу в позу IV *arabesque* и *relevé* на полупальцы. (Это *adagio* заканчивается длительной остановкой на полупальцах в позе IV *arabesque*.)

### *Allegro*

#### 1. 8 тактов по $\frac{2}{4}$ .

Шесть *assemblés* в сторону с переменой ног вперед, два *assemblés battus* с правой и левой ноги по очереди, на  $\frac{1}{4}$  каждое. Повторить в обратном направлении.

#### 2. 16 тактов по $\frac{2}{4}$ .

*Sissonne ouverte* в сторону на 45°, два *temps levé assemblé*; два *sissonnes fermées* с продвижением вперед в маленькой позе *croisée*, два *royales*. Повторить четыре раза с правой и левой ноги по очереди. Каждый прыжок делается на  $\frac{1}{4}$ . То же исполнить в обратном направлении.

#### 3. 16 тактов по $\frac{2}{4}$ .

С правой ноги — четыре *ballonnés* в сторону, *assemblé croisée* назад; *entrechat-quatre*, *entrechat-cinque* назад, *assemblé croisée* назад. С правой ноги — *jeté* в сторону с продвижением, с левой — *jeté croisée* вперед с продвижением, *assemblé croisée* назад, *entrechat-quatre*, два *entrechat-cinque* назад с *assemblé*. Повторить все с другой ноги. Каждый прыжок делается на  $\frac{1}{4}$ . Все исполнить в обратном направлении.

#### 4. 16 тактов по $\frac{3}{4}$ (вальс).

Три *grands échappés* во II позицию с переменой ног, на 2 такта каждое; на 2 такта — *grande sissonne ouverte* в III *arabesque*, *assemblé*. Повторить с другой ноги.

#### 5. 4 такта по $\frac{4}{4}$ .

За тактом с правой ноги — *développé* на полупальцах в сторону; на первую четверть — *tombé* и на следующие три четверти — *pas chassé* в сторону, закончить в V позицию, левая нога впереди. Повторить *pas chassé* с левой и правой ноги. Четыре *grands changements de pieds*, на  $\frac{1}{4}$  каждый.

6. 8 тактов по  $\frac{2}{4}$ .

Два *échappés battus* сложных, на  $\frac{2}{4}$  каждое; семь *petits changements de pieds*, на  $\frac{1}{8}$  каждый. Повторить.

7. *Tours en l'air* для мужского класса.

## ШЕСТОЙ ПРИМЕР ЭКЗЕРСИСА НА ПАЛЬЦАХ

1. 32 такта по  $\frac{3}{4}$  (вальс).

Четыре *temps lié* вперед, четыре назад, на 4 такта каждое.

2. 16 тактов по  $\frac{2}{4}$ .

Четыре *échappés* во II позицию с переменной ног, на  $\frac{1}{4}$  каждое; на  $\frac{2}{4}$  — *entrechat-quatre* и *sissonne simple* с правой ноги с переменной ног назад, на  $\frac{2}{4}$  — *entrechat-quatre* и *sissonne simple* с левой ноги. Все повторить и исполнить еще два раза с переменной ног на *sissonnes simples* вперед.

3. 16 тактов по  $\frac{3}{4}$  (медленный вальс).

V позиция, левая нога впереди. Движение по диагонали из точки 6 в точку 2. Шесть *jetés fondus* вперед, начать с правой ноги, на 1 такт каждое. 2 такта: встать на правую ногу на пальцы в I arabesque на  $45^\circ$ , правая рука на высоту III позиции, и, не опускаясь с пальцев, исполнить *pas de bourrée* с переменной ног *en dehors*, закончить в V позицию на *demi-plié*; четыре *jetés fondus* назад, начать с правой ноги, на 1 такт каждое. 2 такта: шаг назад на правую ногу и поворот на пальцах в V позиции в правую сторону, закончить на *demi-plié*, правая нога впереди. 2 такта: с левой ноги — *glissade* (прыжковый) в сторону без перемены ног, *jeté* на левую ногу в I arabesque на  $90^\circ$  и *passé* по I позиции правой ногой вперед в широкую IV позицию *croisée*, *demi-plié* на правой ноге; руки в положении IV arabesque.

4. 8 тактов по  $\frac{2}{4}$ .

*Grande sissonne ouverte* в I arabesque с правой ноги в точку 2, с левой в точку 8, с правой ноги — два *grandes sissonnes ouvertes* в *écartée* назад (первый *sissonne* без перемены ноги, второй с переменной), на  $\frac{2}{4}$  каждый. Повторить с другой ноги. То же исполнить в обратном направлении с позами *effacée* и *écartée* вперед.

5. 8 тактов по  $\frac{2}{4}$ .

Движение по диагонали из точки 6 в точку 2. 2 такта: *dégagé* правой ногой и *pas de bourrée suivi* (правая нога впереди) в положении *écartée* вперед, правым плечом в точку 2, левым в точку 6. Руки из подготовительного положения постепенно поднимаются — правая в III, левая на II позицию *allongé*. 2 такта: четыре *sissonnes simples en tournant* в правую сторону, переводя правую ногу в V позиции назад — вперед, назад — вперед. Все повторить. Комбинация исполняется в быстром темпе.

6. 8 тактов по  $\frac{1}{4}$ .

На  $\frac{2}{4}$  — с правой ноги *préparation* с V позиции в IV и на  $\frac{2}{4}$  — *tour sur le cou-de-pied en dehors*; два *sissonnes simples* с переменной ног назад, на  $\frac{2}{4}$  каждый. Повторить четыре раза, с правой и левой ноги по очереди. То же исполнить с *tour en dedans*.

## СЕДЬМОЙ ПРИМЕР УРОКА

### Экзерсис у палки

1. 16 тактов по  $\frac{1}{4}$ .

Одно *demi-plié*, одно *grand plié*, на  $\frac{1}{4}$  каждое, и четыре *relevés* на полупальцы, по  $\frac{2}{4}$  каждое, в I, II, IV и V позициях.

2. *Battements tendus*. 32 такта по  $\frac{2}{4}$ .

По четыре *battements tendus* в *demi-plié* — вперед, в сторону, назад и в сторону; по четыре на вытянутой опорной ноге — вперед, в сторону, назад и в сторону, на  $\frac{1}{4}$  каждое. *Battements tendus jetés*: семь вперед, пять в сторону, на  $\frac{1}{8}$  каждое, и на  $\frac{3}{8}$  — *flic-flac en dehors en face*; семь *battements tendus jetés* назад, пять в сторону, на  $\frac{1}{8}$  каждое, и на  $\frac{3}{8}$  — *flic-flac en dedans en face*. Повторить *battements tendus jetés* и *flic-flac*.

3. *Ronds de jambe par terre*. 32 такта по  $\frac{2}{4}$ .

На два вступительных аккорда — *préparation en dehors*. Три *ronds de jambe par terre*, на  $\frac{1}{4}$  каждый, два — на  $\frac{1}{8}$  каждый. Повторить и закончить вперед носком в пол. *Passé* по I позиции назад — вперед — назад на  $45^\circ$  и вперед — назад — вперед, на  $\frac{1}{8}$  каждое, закончить на полупальцах; на  $\frac{1}{4}$  — полуповорот к палке, на  $\frac{1}{4}$  *soupiré*, открыв левую ногу в сторону на  $45^\circ$ , и на  $\frac{2}{4}$  — с левой ноги *préparation en dehors*, закончить в сторону на  $45^\circ$ . Повторить все с левой ноги, после полуповорота и *soupiré* исполнить комбинацию с правой и левой ноги *en dedans*.

4. *Battements fondus*. 24 такта по  $\frac{2}{4}$ .

На  $\frac{2}{4}$  — *fondu* вперед на  $90^\circ$ , на  $\frac{2}{4}$  — *plié-relevé*. Повторить в сторону. На  $\frac{2}{4}$  — *fondu* вперед на  $45^\circ$ , на  $\frac{2}{4}$  — *plié-relevé* с *demi-rond* в сторону и семь *frappés* на  $\frac{1}{8}$  каждое. Повторить все в обратном порядке, начав правой ногой назад. *Doubles frappés*: в сторону шестнадцать, на  $\frac{1}{4}$  каждое.

5. *Ronds de jambe en l'air*. 8 тактов по  $\frac{1}{4}$ .

На  $\frac{2}{4}$  — *tour sur le cou-de-pied en dehors* с V позиции. Повторить *tour*. На  $\frac{1}{4}$  — *préparation* для *tour temps relevé en dehors*, в заключение открыть работающую ногу в сторону на  $45^\circ$ . Четыре *ronds de jambe en l'air en dehors*, на  $\frac{1}{4}$  каждый, семь — на  $\frac{1}{8}$  каждый. Повторить все *en dedans*.

6. *Petits battements sur le cou-de-pied*. 8 тактов по  $\frac{1}{4}$ .

Восемь *petits battements*, на  $\frac{1}{8}$  каждый, на  $\frac{1}{4}$  — *développé*

вперед. Повторить *petits battements* и сделать *développé* в сторону. Шестнадцать *petits battements*, на  $\frac{1}{8}$  каждый; на  $\frac{4}{4}$  — *développé* в позу II *arabesque*, на  $\frac{4}{4}$  — *plié-relevé* в attitude *croisée*.<sup>1</sup>

7. *Battements développés. 16 тактов по  $\frac{4}{4}$ .*

Первый и второй такты: *développé ballotté* с правой ноги вперед, с левой назад. Повторить. Третий и четвертый такты: *développé* в сторону, *plié-relevé* на полупальцы, *plié-relevé* в позу *écartée* назад, закончить в V позицию. Пятый и шестой такты: *développé ballotté* с правой ноги назад, с левой вперед. Повторить. Седьмой и восьмой такты: *développé* в сторону, *plié-relevé* на полупальцы, *plié-relevé* в позу *écartée* вперед, закончить в V позицию. Все повторить.

8. *Grands battements jetés pointés. 16 тактов по  $\frac{2}{4}$ .*

Семь *grands battements pointés*, восьмой в V позицию в позу *effacée* вперед, на  $\frac{1}{4}$  каждый. То же исполнить в позу *écartée* назад, II *arabesque* и в позу *écartée* вперед.

*Экзерсис на середине зала*

1. *Маленькое adagio и battements tendus. 8 тактов по  $\frac{4}{4}$ .*

Первый такт: *grand plié* в V позиции (правая нога впереди). Второй такт: с правой ноги — *développé* в сторону и принять позу *écartée* назад. Третий такт: *tour lent en dehors* в позе *écartée*. Четвертый такт: исполнить *plié*, сохраняя позу, и *pas de bourrée* с переменной ног *en tournant en dehors*. Пятый такт: с левой ноги — *développé* в сторону, принять позу *écartée* вперед, правая рука на III, левая на I позиции. Шестой такт: *tour lent en dedans* в позе *écartée*. Седьмой и восьмой такты: из позы *écartée* — поворот *en dedans* в I *arabesque* в точку 4 и, продолжая поворот, закончить его позой IV *arabesque*.

*Battements tendus* — 8 тактов. С правой ноги шесть *battements* в большой позе *croisée* вперед, на  $\frac{1}{4}$  каждое, три *battements tendus jetés*, на  $\frac{1}{8}$  каждое; с левой ноги — шесть *battements tendus* в позе IV *arabesque*, на  $\frac{1}{4}$  каждое, три *battements tendus jetés*, на  $\frac{1}{8}$  каждое; с правой ноги — восемь *battements tendus* в сторону, на  $\frac{1}{4}$  каждое, *battements tendus jetés* — семь и семь, на  $\frac{1}{8}$  каждое. 2 такта — с левой ноги — *préparation* с V позиции в IV (левую ногу поставить назад) и *tour sur le cou-de-pied en dedans* в правую сторону, закончить в IV позицию в *préparation en dehors*, левая нога впереди. 2 такта — *préparation* для *tour en dehors* и *tour sur le cou-de-pied en dehors*.

2. *Ronds de jambe par terre. 8 тактов по  $\frac{4}{4}$ .*

На два вступительных аккорда — *préparation en dehors*. Че-

<sup>1</sup> Все *développés* исполнять на первую четверть такта, следующие три четверти сохранять положение.

тыре ronds de jambe par terre en face, четыре en tournant en dehors по  $\frac{1}{4}$  поворота, на  $\frac{1}{4}$  каждый. Повторить en dedans и закончить в V позицию, правая нога впереди. 2 такта: с правой ноги — *préparation* со II позиции для *tour à la seconde* en dehors. 2 такта: с левой — *préparation* для *tour à la seconde* en dedans.

3. *Battements fondus* на  $45^\circ$ . 16 тактов по  $\frac{2}{4}$ .

Три *fondus* в маленькой позе *effacée* вперед, на  $\frac{2}{4}$  каждое; на  $\frac{2}{4}$  — выдержка в позе на полупальцах. То же повторить в маленькой позе *écartée* назад, *effacée* назад и *écartée* вперед.

4. *Grands battements jetés pointés*. 8 тактов по  $\frac{2}{4}$ .

Три *grands battements pointés* и один в V позицию в позе *effacée* вперед, на  $\frac{1}{4}$  каждый; то же исполнить в позах *écartée* назад, IV *arabesque* и *écartée* вперед.

5. *Большое adagio*. 12 тактов по  $\frac{4}{4}$ .

Первый такт: *grand plié* в IV позиции *croisée* (правая нога впереди). Второй такт: с левой ноги — *développé* в III *arabesque* и принять позу *attitude croisée*, руки на III позиции. Третий такт: *tour lent* en dehors в позе *attitude*. Четвертый такт: *plié* в *attitude*, раскрыв руки *allongé*, закончить в V позицию. Пятый такт: с правой ноги — *développé* в сторону, *plié* и широкий переход на правую ногу, левую поднять в сторону на  $90^\circ$  приемом *battement*. Шестой такт: из предыдущего положения — *demi-rond* в позу *croisée* вперед, левая рука на III, правая на I позиции; на последние две четверти — *plié*, сохраняя позу. Седьмой такт: быстрое *passé* по I позиции в I *arabesque* в точку 2, и *pas de bourrée* с переменой ног en dehors, закончить в IV позицию *grand préparation* для *tour* en dehors. Восьмой такт: *préparation* в *attitude croisée*, закончить в V позицию. Девятый и десятый такты: *développés ballottés* на *effacée* с левой ноги вперед, с правой назад, повторить еще раз и закончить *passé* по I позиции в IV позицию *croisée* — *grand préparation* для *tour* en dedans. Одиннадцатый такт: *préparation* в *attitude effacée*, закончить в V позицию, левая нога впереди. Двенадцатый такт: с правой ноги — *pas de basque* en tournant назад, на  $\frac{1}{4}$  поворота, в точку 7, с правой ноги — *pas de basque* en tournant вперед, на  $\frac{1}{4}$  поворота, в точку 1.

### *Allegro*

1. 16 тактов по  $\frac{2}{4}$ .

Два *assemblés* в сторону с переменой ног вперед, на  $\frac{1}{4}$  каждое, три — на  $\frac{1}{8}$  каждое, с правой и левой ноги по очереди. Повторить четыре раза и четыре раза исполнить в обратном направлении.

2. 8 тактов по  $\frac{2}{4}$ .

На  $\frac{1}{4}$  — *jeté* в сторону, два *temps levé*, на  $\frac{1}{8}$  каждое, исполнить три раза с правой и левой ноги по очереди; два *jetés*,

на  $\frac{1}{4}$  каждое. Повторить. То же исполнить отдельно в обратном направлении.

3. 8 тактов по  $\frac{1}{4}$ .

На  $\frac{2}{4}$  — écharpé battu на одну ногу с окончанием sur le cou-de-pied сзади; на  $\frac{2}{4}$  — pas de bourrée с переменной ног en tournant en dehors. Повторить. Три pas de chat назад, на  $\frac{1}{4}$  каждое; на  $\frac{1}{4}$  — royale; два sissonnes tombées croisée вперед, на  $\frac{2}{4}$  каждый. Повторить все с другой ноги. То же исполнить в обратном направлении.

4. 8 тактов по  $\frac{2}{4}$ .

На  $\frac{1}{4}$  — с правой ноги — grande sissonne ouverte в позе croisée вперед, на  $\frac{1}{4}$  — assemblé; с левой ноги — grande sissonne ouverte в attitude croisée, assemblé; с правой ноги — grande sissonne ouverte в позе écartée назад, assemblé; на  $\frac{2}{4}$  — grand écharpé в IV позицию croisée. Повторить с другой ноги.

5. 4 такта по  $\frac{1}{4}$ .

Три entrechat-quatre, один royale, на  $\frac{1}{4}$  каждый. Исполнить четыре раза, с правой и левой ноги по очереди.

6. *Tours en l'air* для мужского класса.

7. 4 такта по  $\frac{2}{4}$ .

Шестнадцать petits changements de pieds, на  $\frac{1}{8}$  каждый.

## СЕДЬМОЙ ПРИМЕР ЭКЗЕРСИСА НА ПАЛЬЦАХ

1. 16 тактов по  $\frac{1}{4}$ .

Четыре écharpés во II позицию с переменной ног, на  $\frac{2}{4}$  каждое; на  $\frac{1}{4}$  — два doubles écharpés и восемь écharpés во II позицию с продвижением назад, на  $\frac{2}{4}$  каждое. Повторить все сначала и восемь écharpés исполнить с продвижением вперед.

2. 8 тактов по  $\frac{2}{4}$ .

Два sissonnes simples с переменной ног назад, на  $\frac{2}{4}$  каждый; четыре — на  $\frac{1}{4}$  каждый, с правой и левой ноги по очереди; два glissades en tournant en dehors, по прямой линии в левую сторону, на  $\frac{2}{4}$  каждый. В начале glissade левая рука на III, правая на I позиции, в заключение — левая на II, правая на III позиции. Четыре sissonnes simples с переменной ног вперед (руки постепенно опускаются в подготовительное положение), на  $\frac{1}{4}$  каждый, с левой и правой ноги по очереди.

3. 16 тактов по  $\frac{2}{4}$ .

На  $\frac{1}{4}$  — с правой ноги sissonne ouverte на  $45^\circ$  в маленькой позе effacée вперед, на  $\frac{1}{4}$  — tombé в точку 2, pas de bourrée с переменной ног en dehors en face и en tournant, на  $\frac{2}{4}$  каждое; на  $\frac{2}{4}$  — с правой ноги sissonne ouverte на  $45^\circ$  в маленькой позе effacée вперед, закончить в V позицию, правая нога сзади. Три sissonnes ouvertes на  $45^\circ$  в маленьких позах écartée назад с левой, правой и левой ноги, на  $\frac{2}{4}$  каждый; на  $\frac{2}{4}$  — поворот



в V позиции на пальцах, закончить на plié и повторить все с другой ноги. То же исполнить в обратном направлении.

4. 16 тактов по  $\frac{3}{4}$  (медленный вальс).

V позиция, левая нога впереди. За тактом — с правой ноги glissade (прыжковый) в сторону, без перемены ног. Первый такт: jeté на правую ногу в I arabesque на  $90^\circ$ . Второй такт: passé по I позиции в широкую IV позицию croisée, левая нога впереди на demi-plié, руки в положении IV arabesque. Третий и четвертый такты: повторить glissade и с шагом в сторону — jeté на правую ногу в позу attitude croisée (руки на III позиции) и опуститься в IV позицию croisée, правая нога впереди на demi-plié. Следующие 4 такта: из предыдущего положения повторить комбинацию с другой ноги. 8 тактов: шаг с левой ноги и pas de bourrée suivi вперед на croisée, левая рука в III, правая на II позиции. На последний такт, оставаясь на пальцах, поставить правую ногу в V позицию вперед, одновременно открыть левую руку на II позицию, правую со II позиции поднять в III.

5. 4 такта по  $\frac{4}{4}$ .

Grandes sissones ouvertes в позе écartée назад с правой и левой ноги, на  $\frac{2}{4}$  каждый; на  $\frac{4}{4}$  — préparation с V позиции в V и tour sur le cou-de-pied en dehors. Повторить с другой ноги. То же исполнить в обратном направлении.

6. 8 тактов по  $\frac{2}{4}$ .

Changements de pieds на пальцах три, три и семь, на  $\frac{1}{8}$  каждый; на последнем опуститься на обе ступни. Повторить.

## ВОСЬМОЙ ПРИМЕР УРОКА

### Экзерсис у палки

1. 16 тактов по  $\frac{4}{4}$ .

Одно demi-plié, одно grand plié, два relevés на полупальцы, на  $\frac{4}{4}$  каждое, в I, II, IV и V позициях.

2. Battements tendus. 32 такта по  $\frac{2}{4}$ .

Восемь battements tendus вперед, на  $\frac{1}{4}$  каждое, на четвертом и на восьмом — demi-plié; четыре doubles tendus в сторону, на  $\frac{2}{4}$  каждое, с двойным опусканием пятки во II позицию, исполняемым на восьмые музыкальные доли. Повторить в обратном порядке, начав правой ногой назад. Battements tendus jetés: восемь вперед, на  $\frac{1}{8}$  каждое; три и три в сторону, на  $\frac{1}{8}$  каждое, на третьем и шестом — demi-plié. Повторить battements tendus jetés в обратном порядке. Battements tendus jetés в I позицию — четыре раза по семь, на  $\frac{1}{8}$  каждое.

3. Ronds de jambe par terre u ronds de jambe en l'air. 16 тактов по  $\frac{4}{4}$ .

На два вступительных аккорда — préparation en dehors. Два ronds de jambe par terre, на  $\frac{1}{4}$  каждый, три и семь — на  $\frac{1}{8}$

каждый, в заключение подняться на полупальцы, работающую ногу открыть в сторону на  $45^\circ$ . Два ronds de jambe en l'air en dehors, на  $\frac{1}{4}$  каждый; три, семь и семь на  $\frac{1}{8}$  каждый, и семь ronds de jambe par terre en dehors, на  $\frac{1}{8}$  каждый, закончить вперед носком в пол на plié и на 2 такта — port de bras с перегибом корпуса. То же повторить en dedans.

4. *Battements fondus на  $45^\circ$ . 12 тактов по  $\frac{1}{4}$ .*

На  $\frac{2}{4}$  — double fondu вперед, на  $\frac{2}{4}$  — plié-relevé. Повторить. На  $\frac{2}{4}$  — double fondu вперед с полным rond en dehors назад, на  $\frac{2}{4}$  — plié-relevé; два doubles fondus в сторону, на  $\frac{2}{4}$  каждое. Повторить в обратном направлении, начав правой ногой назад. Frappés: в сторону пять, на  $\frac{1}{8}$  каждое, и на  $\frac{3}{8}$  — flic-flac en face en dehors; пять frappés и flic-flac en face en dedans. Восемь doubles frappés в сторону, на  $\frac{1}{4}$  каждое.

5. *Petits battements sur le cou-de-pied. 8 тактов по  $\frac{1}{4}$ .*

Семь petits battements вперед, на  $\frac{1}{8}$  каждый, на  $\frac{2}{4}$  tombé к V позиции впереди на работающую правую ногу на demi-plié, левая sur le cou-de-pied сзади, и полуповорот на полупальцах к палке, левую ногу перевести sur le cou-de-pied вперед; на  $\frac{2}{4}$  — tombé к V позиции на левую ногу и такой же полуповорот на полупальцах снова в сторону палки. Семь petits battements вперед, на  $\frac{1}{8}$  каждый, и на  $\frac{1}{4}$  — tour sur le cou-de-pied en dehors с V позиции, закончить в маленькую позу écartée назад на plié носком в пол. Повторить все в обратном направлении с tombé к V позиции сзади и полуповоротами от палки.

6. *Battements développés. 8 тактов по  $\frac{1}{4}$ .*

Первый такт: relevé lent на  $90^\circ$  вперед, в заключение подняться на полупальцы. Второй такт: из предыдущего положения — grand rond de jambe en dehors на полупальцах. Третий и четвертый такты: остаться на полупальцах, passé на  $90^\circ$  в позу effacée вперед, demi-rond в позу écartée назад и принять позу attitude effacée, закончить в V позицию. Пятый такт: relevé lent на  $90^\circ$  назад, подняться на полупальцы. Шестой такт: из предыдущего положения — grand rond de jambe en dedans на полупальцах. Седьмой и восьмой такты: остаться на полупальцах, passé на  $90^\circ$  в attitude effacée, demi-rond в позу écartée вперед и принять позу effacée вперед.

7. *Grands battements jetés. 16 тактов по  $\frac{2}{4}$ .*

С правой ноги — четыре grands battements вперед, с левой — четыре назад, с правой — четыре в сторону и четыре в позу écartée назад, на  $\frac{1}{4}$  каждый. Повторить в обратном направлении, начав правой ногой назад.

*Экзерсис на середине зала*

1. *Маленькое adagio и battements tendus. 8 тактов по  $\frac{1}{4}$ .*

Первый такт: grand plié во II позиции, в заключение — relevé на полупальцы. Второй такт: с правой ноги — développé

в сторону, руки поднять в III позицию и повернуться в позу II arabesque на plié. Третий такт: *tour lent en dedans* в arabesque. Четвертый такт: *passé* на  $90^\circ$  в позу *croisée* вперед, *relevé* на полупальцы и опуститься в IV позицию *croisée* — *grand préparation* для *tour en dehors*. Пятый такт: *préparation* в attitude *croisée*; на последнюю четверть, сохраняя позу, опуститься на plié. Шестой такт: *pas de bourrée* с переменной ног *en tournant en dehors* и *pas de bourrée* с переменной ног *en dehors en face*, закончить в IV позицию *croisée* — *grand préparation* для *tour en dedans*. Седьмой такт: *préparation à la seconde* (руки в III позиции), закончить в V позицию, левая нога впереди. Восьмой такт: с левой ноги — *développé* на полупальцах в позе *écartée* назад. *Battements tendus* — 8 тактов. С правой ноги — восемь *battements tendus croisée* вперед, руки постепенно поднять в III позицию; с левой ноги — восемь *battements tendus croisée* назад, руки постепенно раскрыть на II позицию; с правой ноги — восемь *battements tendus* в сторону, на  $\frac{1}{4}$  каждое. *Tendus jetés*: с правой ноги в сторону — семь и семь, на  $\frac{1}{8}$  каждое. 2 такта: с левой ноги — *tour sur le cou-de-pied en dehors* со II позиции; 2 такта: с правой ноги — *tour sur le cou-de-pied en dedans* со II позиции.

2. *Battements fondus* на  $45^\circ$  и  $90^\circ$ . 8 тактов по  $\frac{1}{4}$ .

Три *fondus* в маленькой позе *effacée* вперед, на  $\frac{2}{4}$  каждое; на  $\frac{2}{4}$  — *plié-relevé* в маленькую позу *écartée* вперед; два *fondus* в сторону на  $45^\circ$ , одно на  $90^\circ$ , на  $\frac{2}{4}$  каждое, и на  $\frac{2}{4}$  выдержка на полупальцах. Повторить в обратном направлении, с *plié-relevé* из позы *effacée* назад в позу *écartée* назад и т. д.

3. *Ronds de jambe en l'air*. 8 тактов по  $\frac{1}{4}$ .

На  $\frac{1}{4}$  — *pas de bourrée dessus-dessous en tournant* закончить в V позицию *préparation* для *tour sur le cou-de-pied en dehors*; на  $\frac{1}{4}$  — *tour en dehors*, в заключение открыть работающую ногу в сторону на  $45^\circ$ ; *ronds de jambe en l'air en dehors* три, три, три и еще раз три, на  $\frac{1}{8}$  каждый; четырнадцать *petits battements sur le cou-de-pied*, на  $\frac{1}{8}$  каждый; на  $\frac{1}{4}$  опуститься в V позицию на *demi-plié*; на  $\frac{1}{4}$  — *pas de basque* вперед с окончанием в IV позицию *croisée* в *préparation* для *tour* и *tour sur le cou-de-pied en dehors*; на  $\frac{1}{4}$  — шаг вперед на полупальцы в V позицию, руки на II и III позициях *allongé*. То же исполнить в обратном направлении.

4. *Grands battements jetés*. 8 тактов по  $\frac{1}{4}$ .

С правой ноги — два *grands battements* вперед, с левой — два назад, с правой — четыре в сторону, на  $\frac{1}{4}$  каждый; 2 такта — с левой ноги *préparation* со II позиции для *tour à la seconde en dehors*. Все повторить, начав левой ногой назад; *préparation à la seconde* исполнить *en dedans*.

5. *Большое adagio*. 8 тактов по  $\frac{1}{4}$ .

Первый такт: с правой ноги — *grand port de bras*. Второй такт: *grand port de bras* с окончанием в IV позицию — *grand*

préparation для tour en dedans. Третий такт: préparation в позу croisée вперед. Четвертый такт: plié в позе croisée и pas de bourrée с переменной ног en tournant en dedans, на третью и четвертую четверти встать с шагом на правую ногу в attitude effacée в точку 4. Пятый такт: в позе attitude слегка наклонить корпус вперед (работающая нога вытягивается в колене) и повернуть его к работающей ноге в позу écartée вперёд в точку 8. Шестой такт: relevé на полупальцы в позе écartée, tombé на левую ногу на plié в позу effacée назад, правая нога носком в пол, руки в положении allongé, и pas de bourrée с переменной ног en dehors, закончить в IV позицию — grand préparation для tour en dehors. Седьмой такт: préparation в позу effacée вперед, закончить в V позицию, правая нога сзади. Восьмой такт: два petits changements de pieds и полуповорот на полупальцах в V позиции в правую сторону, в заключение руки открыть на II позицию в положение IV arabesque, голова повернута направо. (В позе на полупальцах, которой заканчивается adagio, исполнитель находится спиной к зеркалу.)

### *Allegro*

#### *1. 8 тактов по $\frac{2}{4}$ .*

Четыре assemblés в сторону с переменной ног вперед, четыре assemblés battus, на  $\frac{1}{4}$  каждое. Повторить в обратном направлении.

#### *2. 8 тактов по $\frac{2}{4}$ .*

Два ballonnés effacée вперед, одно в сторону, assemblé croisée назад. Jeté с продвижением croisée вперед, assemblé назад; jeté с продвижением croisée вперед, короткое coupé и assemblé croisée вперед с продвижением. Повторить с другой ноги. Каждый прыжок исполняется на  $\frac{1}{4}$ . То же исполнить в обратном направлении.

#### *3. 16 тактов по $\frac{2}{4}$ .*

Движение по диагонали из точки 6 в точку 2 V позиция, правая нога впереди. Двенадцать emboîtés вперед с продвижением в точку 2, восемь emboîtés вперед с продвижением по маленькому полукругу до точки 4, восемь emboîtés вперед в направлении точки 8, на  $\frac{1}{4}$  каждое;  $\frac{1}{4}$  — assemblé croisée вперед;  $\frac{1}{4}$  — пауза;  $\frac{1}{4}$  — pas de chat вперед,  $\frac{1}{4}$  — пауза.

#### *4. 4 такта по $\frac{4}{4}$ .*

С правой ноги — два grands sissonnes ouvertes в attitude croisée, заканчивающиеся assemblé; grande sissonne ouverte в позе écartée назад, assemblé, два grands changements de pieds. С левой ноги — две grandes sissonnes ouvertes в позе croisée вперед, заканчивающиеся assemblé; grande sissonne ouverte в позе écartée вперед, assemblé и grand échappé во II позицию с переменной ног. Каждый прыжок исполняется на  $\frac{1}{4}$ .

#### *5. 16 тактов по $\frac{3}{4}$ (вальс).*

За тактом с правой ноги — *développé* на полупальцах в позе *écartée* назад. 4 такта: *tombé* и *pas chassé* в точку 4, закончить в V позицию, левая нога впереди. 4 такта: с левой ноги — *développé* на полупальцах в позе *croisée* вперед, *tombé* и *pas chassé* вперед. 4 такта: с правой ноги — *développé* на полупальцах в *attitude croisée*, *tombé* и *pas chassé* назад. 4 такта: с левой ноги — сценический *sissonne* в I *arabesque* и сценический бег в точку 8, в заключение встать на левую ногу в позу II *arabesque* на 90° на *plié*.

6. *Tours en l'air* для мужского класса.

7. 8 тактов по  $\frac{2}{4}$ .

Три *entrechat-cinq*с назад, заканчивая *assemblé*, одно *entrechat-trois*, *assemblé*. Повторить с другой ноги. Каждый прыжок исполняется на  $\frac{1}{4}$ . Повторить в обратном направлении.

8. 8 тактов по  $\frac{2}{4}$ .

Восемь *grands changements de pieds*, на  $\frac{1}{4}$  каждый, шестнадцать *petits changements de pieds*, на  $\frac{1}{8}$  каждый.

## ВОСЬМОЙ ПРИМЕР ЭКЗЕРСИСА НА ПАЛЬЦАХ

1. 8 тактов по  $\frac{4}{4}$ .

Четыре *échappés* во II позицию с переменной ног, два *échappés en tournant* по  $\frac{1}{2}$  поворота, на  $\frac{2}{4}$  каждое, и на  $\frac{4}{4}$  — *double échappé* во II позицию с переменной ног. Повторить с другой ноги.

2. 16 тактов по  $\frac{2}{4}$ .

На  $\frac{2}{4}$  — с правой ноги *glissade* вперед в маленькой позе *croisée*; на  $\frac{2}{4}$  — поворот в V позиции на пальцах в левую сторону. То же повторить с левой ноги. Два *sissonnes simples* с переменной ног назад, на  $\frac{2}{4}$  каждый, и четыре *sissonnes simples*, на  $\frac{1}{4}$  каждый. Все повторить. То же исполнить в обратном направлении.

3. 8 тактов по  $\frac{4}{4}$ .

*Préparation*: правая нога *croisée* сзади носком в пол. На  $\frac{2}{4}$  — *pas soulevé* (четыре шага) по диагонали вперед, закончить *demi-plié* на левой ноге, правой *dégagé effacée* вперед носком в пол, корпус наклонить вперед к носку, левая рука на II позиции на 45°, правая вытянута вперед в том же направлении, что и носок правой ноги. На  $\frac{2}{4}$  повернуться на *plié* в позу *effacée* назад, одновременно сделать правой ногой *rond de jambe par terre en dehors* до положения *effacée* назад; правую руку поднять на III, левую на II позицию *allongé*; слегка отделить правую ногу от пола и, опуская руки в подготовительное положение, исполнить одно *emboîté* назад. Повторить все с другой ноги. Из предыдущего положения на  $\frac{2}{4}$  сделать *pas de chat* назад и *pas de bourrée* с переменной ног *en dehors*; с левой

ноги на  $\frac{2}{4}$  — два pas de chat назад и на  $\frac{4}{4}$  с правой ноги — pas de bourree suivi по прямой линии направо, правая рука на III, левая на II позиции allonge Все повторить Комбинация исполняется в быстром темпе

*4 8 тактов по  $\frac{2}{4}$*

По диагонали из точки 6 в точку 2 с правой ноги — четыре tours glissades en tournant, на  $\frac{2}{4}$  каждый, последний tour за кончить в V позицию, правая нога сзади, на  $\frac{2}{4}$  с левой ноги preparation для tour sur le cou de pied en dehors с V позиции в IV, на  $\frac{2}{4}$  — tour en dehors, на  $\frac{2}{4}$  с левой ноги — soutenu en tournant en dedans, на  $\frac{2}{4}$  — plie в V позиции и grande sissonne ouverte на правую ногу в attitude croisee

*5 8 тактов по  $\frac{2}{4}$*

С правой ноги на  $\frac{2}{4}$  — preparation с V позиции в V, на  $\frac{2}{4}$  — tour sur le cou de pied en dehors Повторить с другой ноги Четыре grandes sissonnes ouvertes в I arabesque с правой и левой ноги по очереди, на  $\frac{2}{4}$  каждый Повторить в обратном направлении, grandes sissonnes ouvertes исполнить в позах effacee вперед

*6 8 тактов по  $\frac{2}{4}$*

Восемь sissonnes simples с переменной ног назад, восемь с переменной ног вперед, на  $\frac{1}{4}$  каждый Исполняется в быстром темпе

# Пятый класс

Усвоение техники заносок, tours с различных приемов. Начало изучения tours в больших позах. Развитие пластичности и гибкости при переходе из одной позы в другую. Введение более сложной формы adagio. Развитие элевации в больших прыжках.

## Первое полугодие

### ПЕРВЫЙ ПРИМЕР УРОКА

#### Экзерсис у палки

1 16 тактов по  $\frac{4}{4}$

Два demi plies, два grands plies, на  $\frac{4}{4}$  каждое в I, II, IV и V позициях

2 Battements tendus 32 такта по  $\frac{2}{4}$

Шесть battements tendus вперед, на  $\frac{1}{4}$  каждое, три — на  $\frac{1}{8}$  каждое. То же исполнить в сторону. Battements tendus jetés пять вперед, на  $\frac{1}{8}$  каждое, и на  $\frac{3}{8}$  — filé-flac en tournant en dedans на  $\frac{1}{2}$  поворота, в заключение работающая нога находится сзади на  $45^\circ$ . Пять battements tendus jetés назад, на  $\frac{1}{8}$  каждое, и на  $\frac{3}{8}$  — filé flac en tournant en dehors на  $\frac{1}{2}$  поворота, в заключение работающая нога впереди на  $45^\circ$ , семь battements tendus jetés вперед, семь в сторону, на  $\frac{1}{8}$  каждое. Повторить все в обратном направлении.

3 Ronds de jambe par terre и grands ronds de jambe jetés 16 тактов по  $\frac{4}{4}$

На два вступительных аккорда — preparation en dehors. Восемь ronds de jambe par terre, на  $\frac{1}{4}$  каждый, два grands ronds de jambe jetés, на  $\frac{4}{4}$  каждый.<sup>1</sup> Повторить. То же исполнить en dedans.

<sup>1</sup> Grand rond de jambe jeté на  $\frac{4}{4}$  не является окончательной формой броскового движения (jeté) и исполняется в таком темпе лишь для усвоения этого трудного pas на протяжении двух трех уроков. Затем разучивается на  $\frac{2}{4}$  и  $\frac{1}{4}$ .

#### 4. *Battelements fon tuis* на 45°. 8 тактов по $\frac{1}{4}$ .

На  $\frac{2}{4}$  — fondu вперед; два fondus вперед, на  $\frac{1}{4}$  каждое. То же исполнить в сторону, назад и в сторону. Frappés: в сторону семь и семь, на  $\frac{1}{8}$  каждое, и четыре doubles frappés, на  $\frac{1}{4}$  каждое. На  $\frac{2}{4}$  — développé на полупальцах в позу écartée назад и на  $\frac{2}{4}$  — широкое tombé с полуповоротом от палки в позу II arabesque на 90° на plié.

#### 5. *Ronds de jambe en l'air*. 8 тактов по $\frac{1}{4}$ .

На  $\frac{1}{4}$  — tour temps relevé en dehors, на последнюю четверть открыты работающую ногу в сторону на 45°; четыре ronds de jambe en l'air en dehors с plié-relevé на полупальцы, на  $\frac{1}{4}$  каждый, семь и пять — на  $\frac{1}{8}$  каждый и на  $\frac{1}{4}$  опуститься на опорной ноге с полупальцев на всю ступню и снова подняться на полупальцы. Повторить все en dedans.

#### 6. *Petits battements sur le cou-de-pied*. 16 тактов по $\frac{2}{4}$ .

Двадцать petits battements вперед, на  $\frac{1}{8}$  каждый; на  $\frac{2}{4}$  — tombé к V позиции на работающую правую ногу на plié, левую вытянуть назад носком в пол, быстрый перегиб корпуса назад, правая рука поднимается в III позицию; короткое coupé на полупальцы, работающую ногу открыть в сторону на 45°. Повторить petits battements назад; tombé в позу на plié сделать на правую ногу, левую вытянуть вперед носком в пол. Все повторить.

#### 7. *Battelements développés с коротким balancé*. 8 тактов по $\frac{1}{4}$ .

Первый такт: на первую четверть — développé вперед на полупальцах, на вторую четверть положение сохраняется; после второй четверти, перед третьей — короткое balancé,<sup>1</sup> на третью четверть сохраняется положение 90°, на четвертую четверть закончить développé в V позицию. Второй такт: повторение первого. То же исполнить в сторону, назад и в сторону.

#### 8. *Grands battements jetés*. 8 тактов по $\frac{2}{4}$ .

Три grands battements вперед, на  $\frac{1}{4}$  каждый, два battements tendus, на  $\frac{1}{8}$  каждый. То же исполнить в сторону, назад и в сторону.

### Экзерсис на середине зала

#### 1. *Маленькое adagio и battements tendus*. 8 тактов по $\frac{1}{4}$ .

Первый такт: grand plié в I позиции; с глубокого plié — prégation на левой ноге для tour sur le cou-de-pied en dehors. Второй такт: grand plié в I позиции; с глубокого plié — tour sur le cou-de-pied en dehors. Третий и четвертый такты: после tour остаться на полупальцах и исполнить grand rond de jambe développé en dehors, закончить в I позицию. Следующие 4 такта повторить все en dedans.

<sup>1</sup> Для более удобного и правильного музыкального сопровождения этого balancé ко второй четверти в нотах ставятся две точки. Таким образом, balancé получается на  $\frac{1}{16}$ .



Battements tendus: 4 такта по  $\frac{4}{4}$ . С правой ноги — восемь battements tendus в сторону, на  $\frac{1}{4}$  каждое, пять battements tendus jetés, на  $\frac{1}{8}$  каждое, и на  $\frac{3}{8}$  — flic-flac en dehors en face, закончить в сторону на  $45^\circ$ . Повторить battements tendus jetés, flic-flac исполнить en dedans. 2 такта: tour sur le cou-de-pied en dehors со II позиции, закончить в IV позицию — préparation en dehors. 2 такта: один и два tours sur le cou-de-pied en dehors в правую сторону.

2. *Ronds de jambe par terre u ronds de jambe en l'air. 12 тактов по  $\frac{4}{4}$ .*

На два вступительных аккорда — préparation en dehors. Восемь ronds de jambe par terre, на  $\frac{1}{4}$  каждый; четыре ronds de jambe en l'air, на  $\frac{1}{4}$  каждый; семь — на  $\frac{1}{8}$  каждый. Повторить en dedans. 2 такта: с левой ноги — développé в позу écartée назад, быстрое passé по I позиции в IV arabesque, plié-relevé на полупальцы в attitude croisée; правая рука на III, левая на II позиции; закончить в V позицию. 2 такта: с правой ноги — développé в позу effacée вперед, быстрое passé по I позиции в III arabesque, plié-relevé на полупальцы в attitude croisée, руки поднять в III позицию.

3. *Temps lié par terre с tour sur le cou-de-pied. Музыкальный размер  $\frac{4}{4}$ .*

Четыре temps lié вперед с tours sur le cou-de-pied en dehors, четыре назад с tours sur le cou-de-pied en dedans, на 2 такта каждое.

4. *Battements frappés. 8 тактов по  $\frac{2}{4}$ .*

Семь и семь frappés в сторону, на  $\frac{1}{8}$  каждое; восемь en tournant en dehors, на  $\frac{1}{4}$  каждое. Повторить en dedans.<sup>1</sup>

5. *Grands battements jetés. 8 тактов по  $\frac{2}{4}$ .*

С правой ноги — четыре grands battements в позе croisée вперед, правая рука на III, левая на II позиции; с левой ноги — четыре в III arabesque; с правой ноги — шесть в сторону, на  $\frac{1}{4}$  каждый. На шестом grand battement задержать работающую ногу на  $90^\circ$  на протяжении двух четвертей и на последнюю четверть опустить в V позицию.

6. *Préparation u tour à la seconde en dehors со II позиции. Музыкальный размер  $\frac{4}{4}$ .*

2 такта: с правой ноги — préparation для tour à la seconde en dehors со II позиции; исполнить так же, как в четвертом классе, и закончить в V позицию, правая нога впереди. 2 такта tour à la seconde en dehors в правую сторону, закончить в V позицию, правая нога сзади. Повторить с другой ноги. En dedans исполнить так же.

7. *Большое adagio. 8 тактов по  $\frac{4}{4}$ .*

---

<sup>1</sup> Battements frappés en tournant два-три урока рекомендуется разучивать на всей ступне, после чего перейти к исполнению на полупальцах.

Первый такт: grand plié в V позиции (правая нога впереди), с глубокого plié — préparation для tour sur le cou-de-pied en dehors. Второй такт: с правой ноги — développé attitude croisée и поворот en dehors в точку 6 в позу effacée вперед. Третий такт: relevé на полупальцы в позе effacée, закончить в V позицию и с левой ноги — développé в III arabesque. Четвертый такт: из позы arabesque — поворот en dedans в точку 8 в позу écartée вперед, relevé на полупальцы и широкое tombé в I arabesque на plié. Пятый такт: tour lent en dedans на plié в I arabesque. Шестой такт: вытянуть колено опорной ноги, провести работающую ногу в сторону на 90°, relevé на полупальцы и passé по I позиции вперед в IV позицию — grand préparation для tour en dehors. Седьмой такт: tour tirbouchon en dehors, руки в III позиции, закончить в IV позицию — préparation для tour sur le cou-de-pied en dehors. Восьмой такт: два tours en dehors, закончить в IV позицию, левая рука в III, правая на II позиции allongé.

### *Allegro*

#### 1. 16 тактов по $\frac{2}{4}$ .

Два doubles assemblés (первое простое, второе — battu), на  $\frac{2}{4}$  каждое; четыре assemblés battus, на  $\frac{1}{4}$  каждое. Повторить и исполнить в обратном направлении.

#### 2. 16 тактов по $\frac{2}{4}$ .

Два sautés в V позиции с продвижением вперед, на  $\frac{2}{4}$  каждое; два — на  $\frac{1}{4}$  каждое, и на  $\frac{2}{4}$  — échappé battu сложное с переменной ног. Повторить с другой ноги и исполнить в обратном направлении.

#### 3. 8 тактов по $\frac{2}{4}$ .

V позиция, правая нога впереди. С левой ноги — три jetés fermés в сторону без перемены ног, на  $\frac{2}{4}$  каждое; на  $\frac{2}{4}$  — два entrechat-quatre. Повторить и исполнить с другой ноги.

#### 4. 8 тактов по $\frac{2}{4}$ .

Три grandes sissonnes ouvertes в attitude croisée с продвижением, заканчивающиеся assemblé; grande sissonne ouverte в attitude effacée с продвижением, assemblé. Повторить с другой ноги. Каждый прыжок исполняется на  $\frac{1}{4}$ . То же исполнить в позы croisée и effacée вперед.<sup>1</sup>

#### 5. 8 тактов по $\frac{2}{4}$ .

Семь entrechat-quatre, один royale с продвижением назад. Повторить с другой ноги, на  $\frac{1}{4}$  каждый. То же исполнить с продвижением вперед.

#### 6. 4 такта по $\frac{4}{4}$ .

---

<sup>1</sup> Начиная с этого урока grandes sissonnes ouvertes во всех позах исполняются с продвижением; в тексте об этом упоминаться больше не будет.

Четыре grands échappés во II позицию с переменной ног, на  $\frac{2}{4}$  каждое; восемь grands changements de pieds, на  $\frac{1}{4}$  каждый.  
7. 4 такта по  $\frac{2}{4}$ .

Шестнадцать petits changements de pieds, на  $\frac{1}{8}$  каждый.

## ПЕРВЫЙ ПРИМЕР ЭКЗЕРСИСА НА ПАЛЬЦАХ

### 1. 16 тактов по $\frac{2}{4}$ .

По шестнадцать relevés в I и II позициях, на  $\frac{1}{4}$  каждое.

### 2. 16 тактов по $\frac{2}{4}$

Движение по прямой линии из точки 7 в точку 3. V позиция, правая нога впереди. Шесть jetés en tournant с продвижением в сторону на  $\frac{1}{2}$  tour, на  $\frac{1}{4}$  каждое; на  $\frac{2}{4}$  встать с шагом в сторону сверху на пальцы на правую ногу и исполнить tour sur le cou-de-pied en dedans, закончить в V позицию, левая нога впереди. Восемь sissonnes simples с переменной ног назад, на  $\frac{1}{4}$  каждый. Повторить все с другой ноги. То же исполнить в обратном направлении (первое jeté на  $\frac{1}{2}$  tour — с поворотом en dehors, второе — en dedans и т. д.).

### 3. 16 тактов по $\frac{2}{4}$ .

Четыре sissonnes ouvertes на  $45^\circ$  в сторону, с правой и левой ноги по очереди, на  $\frac{2}{4}$  каждый; четыре ronds de jambe en l'air en dehors с V позиции, с правой и левой ноги по очереди, на  $\frac{2}{4}$  каждый. Все повторить. То же исполнить en dedans.

### 4. 8 тактов по $\frac{4}{4}$ .

Grande sissonne ouverte à la seconde с правой и с левой ноги, на  $\frac{2}{4}$  каждый; на  $\frac{2}{4}$  — jeté на правую ногу в позу III arabesque на  $90^\circ$ , опуститься на plié; на  $\frac{2}{4}$  — pas de bourrée с переменной ног en tournant en dehors; с левой ноги — четыре grandes sissonnes, ouvertes<sup>2</sup> с продвижением вперед, в позу attitude croisée, на  $\frac{2}{4}$  каждый. Повторить с другой ноги. То же исполнить в обратном направлении.

### 5. 32 такта по $\frac{3}{4}$ (вальс).

4 такта: jeté на правую ногу в позу I arabesque на 90° в точку 2; plié-relevé в arabesque; закончить в V позицию, левая нога впереди. 4 такта: с левой ноги — pas de bourrée suivie croisée вперед, правая рука на III, левая на I позиции в положении arabesque. Повторить с другой ноги и исполнить в обратном направлении (jeté с plié-relevé сделать в большой позе effacée вперед).

<sup>1</sup> Каждый урок заканчивается port de bras с перегибом корпуса.

<sup>2</sup> Grandes sissonnes ouvertes на пальцах в позы attitudes и четыре arabesques исполняются с продвижением вперед. В сторону, в позах croisée, effacée вперед, écartée назад и вперед — без продвижения.

## ВТОРОЙ ПРИМЕР УРОКА

### Экзерсис у палки

#### 1. 16 тактов по $\frac{4}{4}$ .

I позиция: на  $\frac{4}{4}$  — demi-plié; на  $\frac{4}{4}$  — два relevés на полупальцы; два grands pliés, на  $\frac{4}{4}$  каждое. II позиция: на  $\frac{4}{4}$  — demi-plié; на  $\frac{4}{4}$  перегнуться в сторону к палке с рукой в III позиции; два grands pliés, на  $\frac{4}{4}$  каждое. IV позиция: на  $\frac{4}{4}$  — demi-plié; на  $\frac{4}{4}$  — два relevés на полупальцы; два grands pliés, на  $\frac{4}{4}$  каждое. V позиция: на  $\frac{4}{4}$  — demi-plié, на  $\frac{4}{4}$  перегнуться в сторону от палки, в III позиции левая рука; два grands pliés, на  $\frac{4}{4}$  каждое.

#### 2. Battements tendus. 24 такта по $\frac{2}{4}$ .

Четыре battements tendus вперед с правой ноги, четыре назад с левой и четыре в сторону с правой, на  $\frac{1}{4}$  каждое; два doubles tendus с двойным опусканием пятки на II позицию, на  $\frac{2}{4}$  каждое. Повторить в обратном направлении, начав правой ногой назад. Battements tendus jetés: пять вперед, на  $\frac{1}{8}$  каждое (на пятом — demi-plié), на  $\frac{3}{8}$  — полный поворот на полупальцах к палке, закончить на demi-plié. Повторить battements tendus jetés назад с поворотом от палки и исполнить два раза в сторону также с полным поворотом к палке и от палки.

#### 3. Ronds de jambe par terre. 8 тактов по $\frac{4}{4}$ .

На два вступительных аккорда — préparation en dehors. Три ronds de jambe par terre en dehors, три en dedans, семь en dehors; три en dedans, три en dehors, семь en dedans и relevé вперед на  $90^\circ$  с подъемом на полупальцы. 2 такта: полуповорот с ногой на  $90^\circ$  на полупальцах к палке, в заключение поворота работающая нога сзади, plié и relevé на полупальцы в attitude по прямой линии, левая рука в III позиции.

#### 4. Battements soutenus на $90^\circ$ . 12 тактов по $\frac{4}{4}$ .

По четыре soutenus вперед, в сторону, назад и в сторону, на  $\frac{2}{4}$  каждое. Frappés: пятнадцать в сторону, на  $\frac{1}{8}$  каждое, четыре doubles frappés в сторону, на  $\frac{1}{4}$  каждое; на  $\frac{2}{4}$  — plié в V позиции и полуповорот на полупальцах от палки; на  $\frac{2}{4}$  с левой ноги — développé на полупальцах на II arabesque.

#### 5. Ronds de jambe en l'air и petits battements sur le cou-de-pied. 8 тактов по $\frac{4}{4}$ .

На  $\frac{4}{4}$  — assemblé вперед, tour sur le cou-de-pied en dehors с V позиции, закончить в маленькую позу effacée вперед носком в пол на plié, подняться на полупальцы и открыть работающую ногу в сторону на  $45^\circ$ . Ronds de jambe en l'air en dehors три и три, на  $\frac{1}{8}$  каждый; четырнадцать petits battements вперед; на  $\frac{1}{8}$  каждый; на  $\frac{1}{4}$  опуститься в V позицию на demi-plié, правая нога сзади. Повторить все en dedans.

6. *Battements développés. 8 тактов по  $\frac{4}{4}$ .*

Первый такт: *développé* в сторону и *demi-rond en dedans* вперед. Второй такт: *plié-relevé* на полупальцы с полуповоротом к палке, на последнюю четверть — закончить в V позицию. Третий и четвертый такты: то же повторить с левой ноги. Следующие 4 такта повторить все в обратном направлении: *développé* в сторону, *demi-rond en dehors* назад и *plié-relevé* с полуповоротом от палки.

7. *Grands ronds de jambe jeté. 16 тактов по  $\frac{2}{4}$ .*

Восемь *en dehors* и восемь *en dedans*, на  $\frac{2}{4}$  каждый.

*Экзерсис на середине зала*

1. *Маленькое adagio и battements tendus. 8 тактов по  $\frac{4}{4}$ .*

Первый такт: *grand plié* во II позиции; с глубокого *plié* — *préparation* на левой ноге для *tour sur le cou-de-pied en dehors*. Второй такт: *grand plié* во II позиции; с глубокого *plié* — *tour sur le cou-de-pied en dehors*. Третий и четвертый такты: с правой ноги — *développé* в позу *effacée* вперед, *tour lent en dehors* и *demi-rond* в позу *écartée* назад. Пятый такт: из позы *écartée* — поворот в точку 8 в I *arabesque*, закончить на *plié*. Шестой и седьмой такты: *passé* на  $90^\circ$  на полупальцах в позу *croisée* вперед, руки на II позиции; широкое *tombé* на правую ногу на *plié*, левая сзади носком в пол и *port de bras* с перегибом корпуса, закончить в IV позицию — *grand préparation* для *tour en dedans*. Восьмой такт: *tour tirbouchon en dedans*, руки в III позиции.

*Battements tendus* — 4 такта по  $\frac{4}{4}$ . С правой ноги — три *battements tendus* в сторону, один *en tournant en dehors* на  $\frac{1}{2}$  поворота в точку 5, три в сторону в точку 5 и один *en tournant en dedans* в точку 1, на  $\frac{1}{4}$  каждое. *Battements tendus jetés*: с левой ноги — пять в маленькой позе *croisée* вперед, на  $\frac{1}{8}$  каждое, на  $\frac{3}{8}$  — *flic-flac en dedans en face*, закончить в маленькой позе *croisée* назад; пять *battements tendus jetés croisée* назад, на  $\frac{1}{8}$  каждое, на  $\frac{3}{8}$  — *flic-flac en dehors en face*, закончить вперед в IV позицию — *préparation* для *tour sur le cou-de-pied en dedans*. 2 такта: один и два *tours en dedans* в левую сторону.

2. *Battements fondus на  $45^\circ$ . 8 тактов по  $\frac{4}{4}$ .*

На  $\frac{2}{4}$  — *fondu* в маленькой позе *effacée* вперед, на  $\frac{2}{4}$  — остаться на полупальцах и сделать полный *rond* в маленькую позу *effacée* назад. Повторить, переведя работающую ногу путем *petit battement* в положение *sur le cou-de-pied* вперед. Два *fondus* в маленькой позе *effacée* вперед, на  $\frac{2}{4}$  каждое, на  $\frac{4}{4}$  — широкое *tombé* и *tour sur le cou-de-pied en dedans*, в заключение — короткое *soupir* на полупальцах на левую ногу, правую открыть в сторону на  $45^\circ$ .

*Grappés*: четыре раза по три *grappés* в сторону, на  $\frac{1}{8}$  каж-

дое; восемь frappés en tournant en dedans, на  $\frac{1}{4}$  каждое. То же исполнить в обратном направлении с tombé, с tour en dehors и frappés en tournant en dehors.

3. *Grand fouetté effacée вперед и назад.*

а) С V позиции на 1 такт ( $\frac{4}{4}$ ) изучить на всей ступне форму fouetté вперед и назад.

б) Préparation на правой ноге, левая вытянута croisée назад носком в пол. За тактом — plié на правой ноге и sauté на полупальцы на левую. На первую четверть — demi-plié на левой ноге éraulement effacée; на вторую и третью четверти — grand fouetté effacée вперед (en dehors) на полупальцах, на четвертую четверть закончить fouetté в attitude effacée на demi-plié. Повторить по четыре раза с правой и левой ноги вперед и назад — en dehors и en dedans.<sup>1</sup>

4. *Большое adagio. 8 тактов по  $\frac{1}{4}$ .*

Первый такт: grand plié в I позиции, с глубокого plié — préparation на левой ноге для tour à la seconde en dehors. Второй такт: tour lent à la seconde en dehors. Третий такт: demi-rond в attitude croisée; plié; на четвертую четверть — pas de bourrée с переменной ног en tournant en dehors. Четвертый такт: с левой ноги — développé в сторону и demi-rond в позу croisée вперед. Пятый такт: медленный поворот en dedans из позы croisée в позу attitude croisée. Шестой такт: demi-rond en dedans в сторону, plié и pas de bourrée с переменной ног en dedans, закончить в IV позицию — grand préparation для tour en dehors. Седьмой такт: tour en dehors attitude. Восьмой такт: опустить работающую ногу в V позицию на demi-plié и исполнить два sissonnes fermées в позе II arabesque на  $45^\circ$  с правой и левой ноги.

## *Allegro*

1. *8 тактов по  $\frac{2}{4}$ .*

Четыре doubles assemblés battus с правой и левой ноги по очереди, с переменной ног вперед, четыре — с переменной назад, на  $\frac{2}{4}$  каждое.

2. *8 тактов по  $\frac{2}{4}$ .*

Восемь doublés assemblés (без заносок) с переменной ног вперед, восемь — с переменной назад, на  $\frac{1}{4}$  каждое.<sup>2</sup>

3. *8 тактов по  $\frac{2}{4}$ .*

Ballonnés battus в сторону с окончанием sur le cou-de-pied сзади и assemblé назад, с правой и левой ноги по очереди;

<sup>1</sup> В примерах комбинаций это fouetté будет называться effacée en dehors и effacée en dedans, как это принято на уроках. В программах оно называется fouetté вперед и назад.

<sup>2</sup> В этом double assemblé первое assemblé исполняется за тактом на  $\frac{1}{8}$ , второе — на первую четверть, следующие assemblés исполняются также на  $\frac{1}{8}$  каждое.

с правой ноги — три ballonnés в сторону с продвижением и assemblé в сторону. Повторить все с другой ноги. Каждый прыжок исполняется на  $\frac{1}{4}$ . Повторить комбинацию, заканчивая ballonnés battus sur le cou-de-pied впереди.

4. 16 тактов по  $\frac{2}{4}$ .

Три jetés fermés croisés вперед, на  $\frac{2}{4}$  каждое; на  $\frac{2}{4}$  — entrechat-trois назад, assemblé. Повторить с другой ноги и исполнить в обратном направлении.

5. 8 тактов по  $\frac{2}{4}$ .

Sissonne ouverte в сторону на  $45^\circ$ , temps levé, rond de jambe en l'air sauté en dehors, assemblé в сторону. Повторить четыре раза с правой и левой ноги по очереди. Каждый прыжок исполняется на  $\frac{1}{4}$ . То же исполнить en dedans.

6. 8 тактов по  $\frac{2}{4}$ .

С правой ноги — два grandes sissonnes ouvertes в I arabesque с продвижением в точку 2; первый закончить assemblé, левая нога сзади, второй — левая нога впереди. Повторить с другой ноги. Шесть grands changements de pieds и поворот на полупальцах в V позиции. Каждый прыжок исполняется на  $\frac{1}{4}$ , поворот на полупальцах на  $\frac{2}{4}$ .

7. 32 такта по  $\frac{3}{4}$  (вальс).

Движение по прямой линии из точки 7 в точку 3. С правой ноги — четыре grandes sissonnes tombées в сторону, заканчивающиеся проходящими pas de bourrés, на 2 такта каждое; 8 тактов: сценический sissonne в I arabesque на правую ногу, сценический бег в точку 4 и встать в V позицию, левая нога впереди. С левой ноги — четыре grandes sissonnes tombées с pas de bourrée по диагонали из точки 4 в точку 8, на 2 такта каждый. По маленькому кругу в левую сторону — четыре раза glissade без перемены ног и jeté с окончанием sur le cou-de-pied сзади, с левой и правой ноги по очереди, на 2 такта каждый. Последний glissade и jeté исполняются по прямой линии из точки 7 в точку 3.

8. Pas failli назад и вперед. Музыкальный размер  $\frac{4}{4}$ .

На  $\frac{2}{4}$  — pas failli назад, на  $\frac{2}{4}$  — поворот в V позиции на полупальцах и demi-plié для следующего прыжка. Повторить четыре раза и так же исполнить pas failli вперед.<sup>1</sup>

9. 4 такта по  $\frac{2}{4}$ .

Шестнадцать petits changements de pieds, на  $\frac{1}{8}$  каждый.

10. Tours en l'air для мужского класса. 4 такта по  $\frac{4}{4}$ .

Три petits changements de pieds, на  $\frac{1}{8}$  каждый, на  $\frac{1}{4}$  — relevé в V позиции на полупальцах; на  $\frac{1}{4}$  — tour en l'air. Повторить четыре раза. То же исполнить с другой ноги.

---

<sup>1</sup> В данном случае поворот в V позиции на полупальцах применяется только для того, чтобы при первоначальном изучении повторить pas failli с одной ноги несколько раз подряд.

## ВТОРОЙ ПРИМЕР ЭКЗЕРСИСА НА ПАЛЬЦАХ

### 1. 8 тактов по $\frac{4}{4}$ .

Четыре *échappés* во II позицию с переменной пог, на  $\frac{2}{4}$  каждое; *double échappé* в IV позиции *croisée* и в IV позиции *effacée*, на  $\frac{4}{4}$  каждое. Повторить с другой ноги.

### 2. 16 тактов по $\frac{3}{4}$ (вальс).

8 тактов: четыре *sissonnes simples en tournant* на  $\frac{1}{4}$  поворота в правую сторону, в точки 3, 5, 7 и 1. Первый *sissonne* — на правой ноге, левая — *sur le cou-de-pied* сзади, левая рука на III, правая на II позиции, корпус перегнуть направо. Второй *sissonne* — на левой ноге, правая — *sur le cou-de-pied* впереди, правая рука на III, левая на II позиции, корпус перегнуть налево. Третий и четвертый *sissonne* аналогичны первому и второму. *Sissonne ouverte* в маленькой позе II *arabesque* с правой и левой ноги, на 2 такта каждый. 4 такта: с правой ноги — *sissonne ouverte* в маленькой позе *effacée* вперед, *tombé* и *tour sur le cou-de-pied en dedans*.

### 3. 8 тактов по $\frac{2}{4}$ .

V позиция, правая нога впереди. Восемь *jetés en tournant* с продвижением в сторону на  $\frac{1}{2}$  *tour* по диагонали из точки 6 в точку 2, на  $\frac{1}{4}$  каждое; на  $\frac{2}{4}$  встать сверху на правую ногу и исполнить *tour sur le cou-de-pied en dedans*, закончить в V позицию, левая нога впереди; на  $\frac{2}{4}$  — *grande sissonne ouverte* в позе III *arabesque*; на  $\frac{2}{4}$  — *préparation* с V позиции в IV для *tour sur le cou-de-pied en dedans*; на  $\frac{2}{4}$  — *tour en dedans*.

### 4. 8 тактов по $\frac{4}{4}$ .

Три *grandes sissonnes ouvertes* в *attitude croisée* с продвижением вперед, на  $\frac{2}{4}$  каждый; на  $\frac{2}{4}$  — *rond de jambe en l'air en dehors*. Исполнить четыре раза с правой и левой ноги по очереди. То же повторить в обратном направлении.

### 5. 4 такта по $\frac{4}{4}$ .

На  $\frac{2}{4}$  — *préparation* с V позиции в IV для *tour sur le cou-de-pied en dehors*; на  $\frac{2}{4}$  — *tour en dehors*. Повторить четыре раза с правой и левой ноги по очереди. То же исполнить с двумя *tours*.

### 6. 8 тактов по $\frac{2}{4}$ .

На два вступительных аккорда — *demi-plié* и встать в V позицию на пальцы. С правой ноги — четыре *grands battements jetés* вперед, четыре в сторону, на  $\frac{1}{4}$  каждый. Повторить с левой ноги. То же исполнить отдельно в обратном направлении.

## ТРЕТИЙ ПРИМЕР УРОКА

### Экзерсис у палки

### 1. 8 тактов по $\frac{4}{4}$ .

По два *grands pliés* в I, II, IV и V позициях, на  $\frac{4}{4}$  каждое,



2. *Battements tendus*. 24 такта по  $\frac{2}{4}$ .

Восемь *battements tendus* вперед, семь в сторону, на  $\frac{1}{4}$  каждое, на седьмом *battement* на  $\frac{1}{4}$  — полуповорот с подменной ноги к палке, в заключение открыть левую ногу в сторону носком в пол; на  $\frac{1}{4}$  — полуповорот с подменной ноги к палке, в заключение открыть в сторону правую ногу носком в пол. За тактом — быстрый *demi-rond par terre* назад и опять повторить *battements tendus* в обратном направлении. *Battements tendus jetés*: по семь вперед, в сторону, назад и в сторону, на  $\frac{1}{8}$  каждое, на последнем *battement tendu jeté* подняться на полупальцы и задержать работающую ногу в сторону на  $45^\circ$ .

3. *Ronds de jambe par terre u grands ronds de jambe jeté*. 12 тактов по  $\frac{4}{4}$ .

На два вступительных аккорда — *préparation en dehors*. Четыре *ronds de jambe par terre*, на  $\frac{1}{4}$  каждый; два *grands ronds de jambe jetés*, на  $\frac{2}{4}$  каждый. Повторить. То же исполнить *en dedans*. 2 такта: обвод на *plié en dedans* — *en dehors*, закончить в V позицию. 2 такта: *développé* в *attitude effacée* на полупальцах, *plié-relevé* на полупальцы с полуповоротом от палки, в заключение поворота работающая нога впереди на  $90^\circ$ .

4. *Battements fondus* на  $45^\circ$ . 12 тактов по  $\frac{4}{4}$ .

На  $\frac{2}{4}$  — *fondu* вперед; на  $\frac{2}{4}$  — *plié-relevé* с *demi-rond* в сторону; на  $\frac{4}{4}$  — *plié* и с  $45^\circ$  — *tour sur le cou-de-pied en dehors*, в заключение открыть работающую ногу в сторону на  $45^\circ$ . Повторить сначала и исполнить в обратном направлении с *tour en dedans*. *Frappés*: по три в маленькие позы *effacée* вперед, *écartée* назад, *effacée* назад и *écartée* вперед, на  $\frac{1}{8}$  каждое. *Doubles frappés*: четыре в маленькие позы *effacée* вперед и назад и четыре в сторону, на  $\frac{1}{4}$  каждое.

5. *Ronds de jambe en l'air*. 8 тактов по  $\frac{2}{4}$ .

Три *ronds de jambe en l'air en dehors*, три *en dedans*, семь *en dehors*, на  $\frac{1}{8}$  каждый. Повторить в обратном порядке.

6. *Petits battements sur le cou-de-pied*. 8 тактов по  $\frac{4}{4}$ .

Двадцать четыре *petits battements* вперед, на  $\frac{1}{8}$  каждый; на  $\frac{4}{4}$  — *grand rond de jambe développé en dehors* на полупальцах. Повторить в обратном направлении.

7. *Battements développés*. 8 тактов по  $\frac{4}{4}$ .

По два *développés tombés* вперед, в сторону, назад и в сторону, с окончанием *sur le cou-de-pied*, на  $\frac{4}{4}$  каждое.

8. *Grands battements jetés*. 4 такта по  $\frac{4}{4}$ .

По четыре *grands battements* на полупальцах в позе *effacée* вперед и в сторону, в позе *effacée* назад и в сторону, на  $\frac{1}{4}$  каждый.

Экзерсис на середине зала

1. *Маленькое adagio u battements tendus*. 8 тактов по  $\frac{4}{4}$ .

Первый такт: *grand plié* в V позиции (правая нога впереди),

с глубокого plié — préparation на правой ноге для tour en dedans в позе attitude effacée. Второй такт: опуститься с полупальцев на всю ступню и tour lent en dedans в attitude. Третий и четвертый такты: из позы attitude — grand rond de jambe en dedans в позу effacée вперед и relevé на полупальцы, закончить в V позицию, левая нога впереди. Пятый и шестой такты: с правой ноги — développé в III arabesque и полуповорот en dehors в точку 5 в положение à la seconde, tour lent en dehors в точку 1, plié и широкий шаг на правую ногу в I arabesque на 90°. Седьмой такт: passé на 90° в позу croisée вперед, relevé на полупальцы и опуститься в IV позицию croisée — grand préparation для tour en dehors. Восьмой такт: tour en dehors в attitude croisée.

Battements tendus: 8 тактов по  $\frac{1}{4}$ . С левой ноги — восемь battements tendus в маленькой позе croisée вперед, с правой ноги — восемь в позе III arabesque и восемь в сторону, на  $\frac{1}{4}$  каждое. Tendus jetés: с правой ноги — семь в сторону en tournant en dedans до точки 5 и семь en tournant до точки 1, на  $\frac{1}{8}$  каждое. 2 такта: с левой ноги — tour sur le cou-de-pied en dehors со II позиции. 2 такта: два tours en dehors со II позиции.

### 2. Battements fondus на 45°. 8 тактов по $\frac{1}{4}$ .

С правой ноги — два fondus в маленькой позе croisée вперед, на  $\frac{2}{4}$  каждое; на  $\frac{1}{4}$  — широкое tombé вперед и tour sur le cou-de-pied en dehors; с левой ноги — два fondus в маленькой позе croisée назад, на  $\frac{2}{4}$  каждое; на  $\frac{1}{4}$  — широкое tombé назад и tour sur le cou-de-pied en dedans; с правой ноги — четыре fondus в сторону, на  $\frac{2}{4}$  каждое. Frappés: три в сторону en tournant en dehors с поворотом в точку 3, три — в точку 5, три — в точку 7 и три — в точку 1, на  $\frac{1}{8}$  каждое. Повторить комбинацию в обратном направлении.

### 3. Ronds de jambe en l'air. 8 тактов по $\frac{1}{4}$ .

На  $\frac{1}{4}$  с правой ноги — assemblé croisée вперед и tour sur le cou-de-pied en dehors с V позиции, в заключение открыть работающую ногу в сторону на 45°; четыре ronds de jambe en l'air en dehors, на  $\frac{1}{4}$  каждый; семь — на  $\frac{1}{8}$  каждый; на  $\frac{1}{4}$  — широкое tombé в сторону и tour sur le cou-de-pied en dedans, закончить в V позицию, левая нога впереди. Повторить комбинацию с другой ноги. То же исполнить en dedans, заключительный tour с приема tombé сделать en dehors.

### 4. Grand fouetté effacée. 8 тактов по $\frac{1}{4}$ .

Движение по диагонали из точки 6 в точку 2. V позиция, левая нога впереди. За тактом — широкий шаг на полупальцы на правую ногу в точку 2, на  $\frac{1}{4}$  с левой ноги — grand fouetté effacée en dehors, на  $\frac{2}{4}$  — pas de bourrée с переменной ног en dehors, на  $\frac{2}{4}$  пауза. Повторить четыре раза.

Для исполнения fouetté effacée en dedans с продвижением из точки 6 в точку 2 встать в V позицию, правая нога впереди, и сделать шаг на полупальцы в точку 2 на правую ногу.

5. *Fouetté* на  $45^\circ$ . Музыкальный размер  $2/4$ .

а) За тактом — *demi-plié*, работающую ногу открыть в сторону на  $45^\circ$ . Восемь *fouettés en dehors en face*, на  $2/4$  каждое.

б) Четыре *tours fouettés*, на  $2/4$  каждое.

в) IV позиция *en face*. За тактом — *tour sur le cou-de-pied en dehors*, закончить на первую четверть на *demi-plié*, работающую ногу открыть в сторону на  $45^\circ$  и исполнить три *tours fouettés en dehors*, на  $1/4$  каждое, закончить в IV позицию *épaulement croisée*.

6. *Battements divisés en quarts* (четвертные *battements*). Музыкальный размер  $4/4$ .

*En dehors* вперед. Первый такт: на первую четверть с правой ноги — *développé* вперед; на вторую четверть — *demi-plié*; на третью четверть — поворот *en dehors* в точку 3 с *relevé* на полупальцы, одновременно работающую ногу отвести в сторону, на четвертую четверть опуститься на всю ступню, работающую ногу согнуть в положение *passé* на  $90^\circ$ . Второй, третий и четвертый такты повторить *battements* с поворотом в точки 5, 7 и 1. Последний *battement* закончить в V позицию. То же повторить *en dehors* назад.

*Battements divisés en quarts en dedans* вперед и назад исполнить на следующих уроках.<sup>1</sup>

## *Allegro*

1. 8 тактов по  $2/4$ .

V позиция, правая нога впереди. Четыре *assemblés* в сторону с правой ноги, по  $1/4$  поворота направо, каждый раз с переменной правой ноги назад, вперед и т. д., на  $1/4$  каждое; на  $2/4$  — *échappé battu* с переменной ног и два *sissonnes fermées* в сторону, с левой и правой ноги с переменной ног назад, на  $1/4$  каждый. Повторить с другой ноги, *sissonnes fermées* исполнить с переменной ног вперед.

2. 8 тактов по  $2/4$ .

*Jeté battu* с окончанием *sur le cou-de-pied* сзади, *assemblé croisée* назад. Повторить восемь раз с правой и левой ноги по очереди. Каждый прыжок делается на  $1/4$ . То же исполнить в обратном порядке.

3. 16 тактов по  $2/4$ .

С правой ноги — *rond de jambe en l'air sauté en dehors*, в заключение — *assemblé* в сторону. То же повторить с левой ноги. С правой ноги — *sissonne ouverte* в сторону на  $45^\circ$ , два раза *rond de jambe en l'air sauté en dehors* и *assemblé* в сто-

<sup>1</sup> В пятом женском классе *battements divisés en quarts* рекомендуется делать во время уроков, заганяивающихся экзерсисом на пальцах. Эти *battements* требуют особенно большого мышечного напряжения и, соединенные с *allegro*, могут привести к нежелательной перегрузке.

рону. Повторить все с другой ноги и исполнить en dedans. Каждый прыжок делается на  $\frac{1}{4}$ .

4. 8 тактов по  $\frac{2}{4}$ .

С правой ноги — два grands sissonnes ouvertes в attitude croisée, заканчивающиеся assemblé; два grands échappés во II позицию с переменной ног en tournant на  $\frac{1}{2}$  поворота в правую сторону. Два grandes sissonnes ouvertes в позе croisée вперед, заканчивающиеся assemblé. Два grands changements de pieds en tournant на  $\frac{1}{2}$  поворота в левую сторону и pas failli назад. Каждый прыжок исполняется на  $\frac{1}{4}$ , pas failli — на  $\frac{2}{4}$ .

5. 8 тактов по  $\frac{2}{4}$ .

Два sissonnes fondus в сторону на  $90^\circ$  с правой и левой ноги, один sissonne fondu на  $90^\circ$  в позе III arabesque, на  $\frac{2}{4}$  каждый; entrechat-quatre, royale, на  $\frac{1}{4}$  каждый. Повторить с другой ноги. То же исполнить в обратном направлении.

6. 4 такта по  $\frac{4}{4}$  или 16 тактов по  $\frac{3}{4}$  (вальс).

Четыре temps lié sauté на  $90^\circ$  вперед, на  $\frac{4}{4}$  каждое или на 4 такта вальса каждое. Так же исполнить temps lié назад.

7. 8 тактов по  $\frac{4}{4}$ .

V позиция, правая нога впереди. На  $\frac{2}{4}$  — coupé (шаг) правой ногой и grand assemblé в сторону, закончить в V позицию, левая нога впереди; на  $\frac{2}{4}$  — поворот на полупальцах в правую сторону. Исполнить три раза. С правой ноги — два grandes sissonnes tombées в сторону, заканчивающиеся pas de bourrée, на  $\frac{2}{4}$  каждый.

8. Brisé. Музыкальный размер  $\frac{4}{4}$ .

а) 1 такт: на первую четверть — demi-plié; между первой и второй четвертью — прыжок brisé вперед; на вторую четверть — окончание прыжка на demi-plié; на третью и четвертую четверти вытянуть колени. Повторить восемь раз вперед и восемь назад.

б) Два brisés вперед, на  $\frac{1}{4}$  каждое; на  $\frac{1}{4}$  вытянуть колени; на  $\frac{1}{4}$  — demi-plié для следующего brisé. Повторить четыре раза вперед и четыре назад.

в) Три brisés вперед, на  $\frac{1}{4}$  каждое, на  $\frac{1}{4}$  — royale. Повторить четыре раза вперед и четыре назад.

9. 8 тактов по  $\frac{2}{4}$ .

Семь и семь petits changements de pieds en face, семь en tournant в левую сторону, семь на правую, на  $\frac{1}{8}$  каждый.

10. Tours en l'air для мужского класса.

### ТРЕТИЙ ПРИМЕР

### ЭКЗЕРСИСА НА ПАЛЬЦАХ

1. 64 такта по  $\frac{3}{4}$  (вальс).

Temps lié с перегибами корпуса назад и в сторону, четыре вперед, четыре назад, на 8 тактов каждое.

## 2. 8 тактов по $\frac{2}{4}$ .

Два *échappés* во II позицию с переменной ног, на  $\frac{1}{4}$  каждое; два *sissonnes simples* с переменной ног назад, на  $\frac{1}{4}$  каждый. Повторить. Два *échappés*, на  $\frac{1}{4}$  каждое, и три *sissonnes simples*, на  $\frac{1}{8}$  каждый. Повторить. То же исполнить отдельно с переменной ног на *sissonnes simples* вперед.

## 3. 16 тактов по $\frac{2}{4}$ .

С правой ноги *sissonne ouverte* на  $45^\circ$  в маленькой позе *effacée* вперед, с левой — в маленькой позе *effacée* назад, на  $\frac{2}{4}$  каждый; короткое *soupiré* на *plié* на левую ногу и с правой — четыре *ballonnés effacés* вперед с продвижением, на  $\frac{2}{4}$  каждое; последнее закончить в V позицию, правая нога сзади. По прямой линии направо — два раза *tour glissade en tournant en dehors*, на  $\frac{2}{4}$  каждый. Повторить все с другой ноги. Исполнить отдельно в обратном направлении.

## 4. 32 такта по $\frac{3}{4}$ (вальс).

8 тактов: с правой ноги — три *grandes sissonnes ouvertes* в attitude *effacée*, третий *sissonne* с *plié-relevé*, закончить в V позицию, левая нога впереди. 8 тактов: *préparation* с V позиции в IV для *tour sur le sou-de-pied en dehors* и *tour en dehors* в левую сторону; *préparation* с V позиции в IV и *tour en dehors* в правую сторону. Повторить все с другой ноги.

5. *Pas de bourrée suivi* (большой круг). Музыкальный размер  $\frac{2}{4}$ , темп умеренный.

Встать на прямую линию около точки 8 в V позицию, правая нога впереди. *Dégagé* правой ногой и *pas de bourrée suivi* с продвижением по кругу в правую сторону лицом к стенам зала до исходной точки 8. Руки: правая в III, левая на II позиции. То же повторить в левую сторону из точки 2.

Круг должен быть по возможности большим, количество музыкальных фраз не ограничивается определенным заданием, а зависит от размеров танцевального зала.

## 6. 16 тактов по $\frac{2}{4}$ .

На  $\frac{2}{4}$  — *préparation* из V позиции в V для *tours sur le sou-de-pied en dehors*; три раза *tour en dehors*, на  $\frac{2}{4}$  каждый. Первый и второй *tour* заканчиваются в V позицию впереди, третий — в V позицию сзади. Исполнить четыре раза, с правой и левой ноги по очереди. То же повторить *en dedans*.

## ЧЕТВЕРТЫЙ ПРИМЕР УРОКА

### Экзерсис у палки

#### 1. 16 тактов по $\frac{4}{4}$ .

Два *demi-pliés* на  $\frac{4}{4}$  каждое; на  $\frac{4}{4}$  — одно *grand plié*; на  $\frac{2}{4}$  — одно *grand plié*; на  $\frac{2}{4}$  — *relevé* на полупальцы в I, II, IV и V позициях.

2. *Battements tendus*. 32 такта по  $\frac{2}{4}$ .

По четыре батtements tendus в demi-plié, по четыре на вытянутой опорной ноге вперед, в сторону, назад и в сторону, на  $\frac{1}{4}$  каждое. Battements tendus jetés: по восемь вперед, в сторону, назад и в сторону, на  $\frac{1}{8}$  каждое. Battements tendus jetés в I позицию: четыре раза по семь, на  $\frac{1}{8}$  каждое; на последнем battement tendu jeté подняться на опорной ноге на полупальцы и задержать работающую ногу в сторону на  $45^\circ$ .

3. *Ronds de jambe par terre et grands ronds de jambe jeté*. 12 тактов по  $\frac{4}{4}$ .

На два вступительных аккорда — préparation en dehors. Два ronds de jambe par terre, на  $\frac{1}{4}$  каждый, три — на  $\frac{1}{8}$  каждый. Повторить. Четыре grands ronds de jambe jeté, на  $\frac{2}{4}$  каждый. То же исполнить en dedans. 2 такта: обвод на plié en dehors — en dedans, soutenu в V позицию на полупальцы и поднять левую ногу sur le cou-de-pied сзади. 2 такта: port de bras с перегибом корпуса на правой ноге на полупальцах.

4. *Battements fondus на  $45^\circ$* . 12 тактов по  $\frac{4}{4}$ .

На  $\frac{2}{4}$  — fondu вперед; на  $\frac{2}{4}$  — plié-relevé с полуповоротом к палке; на  $\frac{2}{4}$  перевести работающую ногу путем petit battement в положение sur le cou-de-pied вперед и сделать fondu вперед; на  $\frac{2}{4}$  — plié-relevé с полуповоротом от палки; на  $\frac{2}{4}$  — plié-relevé с demi-rond в сторону; на  $\frac{2}{4}$  — plié-relevé; на  $\frac{4}{4}$  — plié и с  $45^\circ$  — tour sur le cou-de-pied en dedans, в заключение открыть работающую ногу в сторону на  $45^\circ$ . Повторить все в обратном порядке. Frappés: в сторону пять, на  $\frac{1}{8}$  каждое, и на  $\frac{3}{8}$  — flic-flac en tournant en dehors, закончить вперед на  $45^\circ$ ; шесть frappés вперед и одно в сторону, на  $\frac{1}{8}$  каждое. Повторить frappés в обратном порядке с flic-flac en tournant en dedans.

5. *Ronds de jambe en l'air*. 8 тактов по  $\frac{4}{4}$ .

Три ronds de jambe en l'air en dehors, на  $\frac{1}{8}$  каждый; третий закончить в маленькую позу effacée вперед носком в пол на plié. Повторить. Семь ronds de jambe en l'air en dehors, на  $\frac{1}{8}$  каждый; седьмой закончить в маленькую позу écartée назад, носком в пол на plié; на  $\frac{4}{4}$  — tour temps relevé en dehors, в заключение открыть работающую ногу в сторону на  $45^\circ$  и сделать семь ronds de jambe en l'air en dehors, на  $\frac{1}{8}$  каждый. Повторить все en dedans.

6. *Battements battus*. 16 тактов по  $\frac{2}{4}$ .

Восемь battements battus вперед в épaulement effacé, на  $\frac{1}{4}$  каждый; шестнадцать battus — на  $\frac{1}{8}$  каждый. Повторить battements battus назад в épaulement effacé.

7. *Battements développés*. 8 тактов по  $\frac{4}{4}$ .

Первый такт: développé ballotté вперед, passé на  $90^\circ$  и développé ballotté назад, passé на  $90^\circ$ . Второй такт: повторение первого, последнее ballotté назад закончить в V позицию. Третий такт: développé на полупальцах в сторону; на третью чет-

верть — *plié*, на четвертую четверть — *relevé* на полупальцы. Четвертый такт: короткое *plié-relevé* на полупальцы на первую, вторую и третью четверти (три раза), на четвертую четверть опустить работающую ногу в V позицию. 4 такта: повторить все в обратном направлении.

8. *Grands battements jetés balancés* (подготовка). Музыкальный размер  $\frac{4}{4}$ .

а) Исходное положение — I позиция. На два вступительных аккорда работающую ногу вытянуть назад носком в пол. Первый такт: на первую четверть работающую ногу выбросить по I позиции вперед на 90°, корпус одновременно перегнуть назад; на вторую четверть положение сохраняется; на третью четверть опустить ногу в I позицию, корпус одновременно выпрямить; на четвертую четверть — пауза. Второй такт: то же исполнить назад. Повторить восемь раз.

б) На первую четверть — *grand battement jeté balancé* вперед; на вторую четверть опустить работающую ногу в I позицию; на третью четверть — *grand battement jeté balancé* назад; на четвертую четверть опустить работающую ногу в I позицию и т. д.

*Экзерсис на середине зала*

1. *Маленькое adagio. 16 тактов по  $\frac{4}{4}$ .*

Первый такт: с правой ноги — *développé tombé* в большой позе *effacée* вперед, в заключение работающая нога находится в положении *sur le sou-de-pied* впереди. Второй и третий такты: повторение первого. Четвертый такт: с правой ноги — *développé* в позе *écartée* назад и *demi-rond* в IV *arabesque*. Повторить все с другой ноги. Так же исполнить *développé tombés* в *attitude effacée*, в заключение сделать *développé* в позе *écartée* вперед и *demi-rond* в позу *croisée* вперед, с правой и левой ноги по очереди.

2. *Battements tendus. 16 тактов по  $\frac{2}{4}$ .*

С правой ноги — четыре *battements tendus* вперед, на  $\frac{1}{4}$  каждое, три *battements tendus jetés*, на  $\frac{1}{8}$  каждое; два *grands battements*, на  $\frac{1}{4}$  каждый. То же исполнить в сторону, назад и в сторону. 2 такта: с левой ноги — *tour sur le sou-de-pied en dehors* с V позиции, закончить в V позицию, левая нога впереди. 2 такта: с левой ноги — два *tours en dehors*, закончить в V позицию, левая нога сзади.

3. *Ronds de jambe par terre. 8 тактов по  $\frac{4}{4}$ .*

На два вступительных аккорда — *préparation en dehors. Rond de jambe par terre en tournant en dehors* на  $\frac{1}{2}$  поворота в точку 5, три *ronds de jambe par terre en face* в точку 5, на  $\frac{1}{4}$  каждый. Повторить *ronds de jambe* с поворотом в точку 1 и так же исполнить *en dedans*, закончить в V позицию, правая нога впереди. 2 такта: *préparation* и *tour à la seconde en dehors* со II позиции в правую сторону. 2 такта: *préparation* и *tour à la seconde en dedans* со II позиции в левую сторону.

#### 4. *Battements fondus на 45°. 8 тактов по 1/4.*

Два *fondus* в маленькой позе *effacée* вперед, на  $\frac{2}{4}$  каждое; на  $\frac{4}{4}$  — широкое *tombé* и *tour sur le cou-de-pied en dedans*. Из положения *sur le cou-de-pied* повторить *fondus* и *tour* с другой ноги. Из положения *sur le cou-de-pied* — два *fondus* в маленькой позе *écartée* вперед, на  $\frac{2}{4}$  каждое; на  $\frac{4}{4}$  — широкое *tombé* и *tour sur le cou-de-pied en dedans*. Из положения *sur le cou-de-pied* повторить *fondus* в *écartée* с другой ноги и закончить *tour* в V позицию. То же исполнить в обратном направлении с *tour en dehors*.

#### 5. *Grand fouetté effacée. 4 такта по 1/4.*

Движение по диагонали из точки 6 в точку 2. V позиция, левая нога впереди. За тактом — широкий шаг на полупальцы на правую ногу в точку 2; на первую, вторую и третью четверти — *grand fouetté effacée en dehors*; на четвертую четверть — *pas de bourrée* с переменной ног *en dehors*. Исполнить три раза, последнее *pas de bourrée* закончить в IV позицию — *grand préparation* для *tour en dehors*; на  $\frac{4}{4}$  — *tour en dehors* в *attitude croisée*. Так же исполнить *grands fouettés effacés en dedans*, в заключение — *tour en dedans* в позе *croisée* вперед.

#### 6. *Petits battements sur le cou-de-pied. 8 тактов по 2/4.*

Шесть *petits battements*, на  $\frac{1}{8}$  каждый; на  $\frac{1}{4}$  — *demi-plié*, работающую ногу открыть в сторону на  $45^\circ$ ; четыре *tours fouettés* на  $45^\circ$  *en dehors en face*, на  $\frac{1}{4}$  каждое. Повторить *petits battements*, *fouettés* исполнить *en tournant*.

#### 7. *Большое adagio. 8 тактов по 1/4.*

Первый такт: *grand plié* в V позиции, правая нога впереди; с глубокого *plié* — *tour sur le cou-de-pied en dehors*. Второй такт: остаться после *tour* на полупальцах и с правой ноги — *développé* в позу *effacée* вперед; *tombé-chassé* в точку 2, закончить в IV позицию *effacée* — *grand préparation* для *tour en dedans*. Третий такт: *tour en dedans* в *attitude effacée*. Четвертый такт: *plié* в *attitude effacée*, *allongé* и шаг назад на левую ногу, правой — *passé* по I позиции назад и *relevé* в *attitude croisée*. Пятый такт: в *attitude* слегка наклонить корпус вниз и сделать поворот *en dehors* в позу *croisée* вперед. Шестой такт: *passé* на  $90^\circ$  в позу *écartée* вперед с поворотом правым плечом в точку 8, поворот *en dedans* в I *arabesque* в точку 4. Седьмой такт: *tour lent en dedans* в *arabesque* в точку 7, *passé* по I позиции вперед в IV позицию — *grand préparation* для *tour en dehors*. Восьмой такт: *tour en dehors* на левой ноге в позе *effacée* вперед.

## *Allegro*

#### 1. 16 тактов по 2/4.

Два *assemblés* в сторону с переменной ног вперед, на  $\frac{1}{4}$  каждое; три — на  $\frac{1}{8}$  каждое; два *assemblés battus*, на  $\frac{1}{4}$  каждое и



два sautés в V позиции с продвижением вперед, на  $\frac{1}{4}$  каждое. Повторить с другой ноги и исполнить в обратном направлении.

2. 16 тактов по  $\frac{2}{4}$ .

Jeté battu, assemblé croisée назад, с правой и левой ноги; три jetés battus с правой, левой и правой ноги, последнее закончить assemblé. Повторить с другой ноги и исполнить в обратном направлении. Каждый прыжок делается на  $\frac{1}{4}$ .

3. 8 тактов по  $\frac{2}{4}$ .

Четыре jetés fermés в сторону без перемены ног, на  $\frac{2}{4}$  каждое, два sissonnes tombées croisée назад, одно croisée вперед, на  $\frac{2}{4}$  каждое; на  $\frac{1}{4}$  grande sissonne ouverte в I arabesque;  $\frac{1}{4}$  - пауза и позе arabesque plié.

4. 16 тактов по  $\frac{2}{4}$ .

На  $\frac{2}{4}$  — rond de jambe en l'air sauté en dehors и assemblé в сторону; на  $\frac{2}{4}$  — grande sissonne ouverte в III arabesque, assemblé; два sissonnes fondus в позе III arabesque, на  $\frac{2}{4}$  каждое. Повторить с другой ноги и исполнить в обратном направлении. (Grande sissonne ouverte и sissonnes fondus сделать в позах croisée вперед.)

5. 32 такта по  $\frac{3}{4}$  (вальс).

4 такта: два grands échappés во II позицию с переменной ног. 2 такта: glissade в сторону без перемены ног и grand assemblé в сторону. 2 такта: relevé в V позиции на полупальцы и demi-plié для следующего прыжка. Повторить четыре раза, с правой и левой ноги по очереди.

6. Grand jeté в attitude croisée. Музыкальный размер  $\frac{4}{4}$ .

а) Движение по диагонали из точки 6 в точку 2. Préparation: правую ногу вытянуть croisée сзади носком в пол. На первую четверть правой ногой — шаг coupé effacé вперед и с левой ноги — grand jeté в attitude croisée;<sup>1</sup> на вторую четверть закончить прыжок на demi-plié; на третью четверть положение attitude сохраняется; на четвертую четверть опустить правую ногу croisée сзади носком в пол. Повторить четыре раза.

б) На первую четверть — шаг coupé и grand jeté; на вторую четверть — окончание прыжка на demi-plié; на третью четверть — следующий шаг coupé и grand jeté; на четвертую четверть закончить прыжок на demi-plié и т. д.

7. Grand jeté в I arabesque. Музыкальный размер  $\frac{4}{4}$ .

Préparation: левую ногу вытянуть croisée сзади носком в пол. За тактом — demi-plié на правой ноге, левую согнуть sur le coude-pied сзади; на первую четверть — coupé левой и grand jeté с правой ноги в I arabesque в точку 2; на вторую четверть закончить прыжок на demi-plié; на третью и четвертую четверти левой ногой — passé по I позиции вперед и встать на левую

<sup>1</sup> Шаг начинается за тактом, на первую четверть делается одновременно coupé и прыжок

ногу, правая croisée сзади носком в пол. Повторить четыре раза с правой и левой ноги по очереди.

8. 16 тактов по  $\frac{2}{4}$ .

Семь entrechat-quatre, один royale с продвижением назад, на  $\frac{1}{4}$  каждый. Повторить с другой ноги и исполнить с продвижением вперед.

9. 8 тактов по  $\frac{2}{4}$ .

Четыре grands changements de pieds, на  $\frac{1}{4}$  каждый; семь petits changements de pieds, на  $\frac{1}{8}$  каждый. исполнить два раза.

## ЧЕТВЕРТЫЙ ПРИМЕР ЭКЗЕРСИСА НА ПАЛЬЦАХ

1. 16 тактов по  $\frac{2}{4}$ .

Четыре échappés во II позицию с переменной ног, на  $\frac{1}{4}$  каждое; два doubles échappés во II позицию, на  $\frac{2}{4}$  каждое. Повторить четыре échappés и сделать два échappés с окончанием на одну ногу sur le sou-de-pied назад. Повторить сначала, échappés с окончанием на одну ногу исполнить sur le sou-de-pied вперед.

2. 16 тактов по  $\frac{2}{4}$ .

V позиция, левая нога впереди. На  $\frac{1}{4}$  — jeté в сторону на правую ногу, левая sur le sou-de-pied впереди; три раза plié-relevé, на  $\frac{1}{4}$  каждое; на  $\frac{1}{4}$  — jeté croisée вперед на левую ногу, правая sur le sou-de-pied сзади; три раза plié-relevé, на  $\frac{1}{4}$  каждое. Повторить jeté в сторону и три plié-relevé. Jeté croisée вперед, два раза plié-relevé, на  $\frac{1}{4}$  каждое, и на  $\frac{1}{4}$  — pas de bourrée с переменной ног en tournant en dehors. Повторить все с другой ноги. То же исполнить в обратном направлении.

3. 16 тактов по  $\frac{2}{4}$ .

На  $\frac{2}{4}$  с правой ноги — jeté в III arabesque на  $90^\circ$ ; на  $\frac{2}{4}$  — plié-relevé, закончить в V позицию. Повторить. На  $\frac{2}{4}$  с правой ноги — jeté в I arabesque на  $90^\circ$  в точку 2; на  $\frac{2}{4}$  — plié-relevé, закончить в V позицию, левая нога впереди; на  $\frac{2}{4}$  — préparation с V позиции в IV для tour sur le sou-de-pied en dedans и на  $\frac{2}{4}$  — tour en dedans в правую сторону. Повторить все с другой ноги.

4. 32 такта по  $\frac{3}{4}$  (вальс).

Движение по диагонали из точки 6 в точку 2. 8 тактов: с правой ноги — четыре grandes sissonnes ouvertes в I arabesque, закончить в V позицию, левая нога сзади. 8 тактов: по диагонали из точки 2 в точку 6 — четыре tours glissades en tournant en dehors; в начале glissade левая рука на I, правая на II позиции, в заключение — правая на I, левая на II позиции. 8 тактов: по диагонали из точки 6 в точку 2 с правой ноги — pas de bourrée suivi, правая рука в III, левая на II позиции allongé; закончить в V позицию, левая нога впереди. 6 тактов: по прямой линии влево с левой ноги — pas de bourrée suivi.

левая рука на III, правая на II позиции. 2 такта: шаг на левую ногу в сторону на plié, jeté на правую в позу attitude croisée.

5. 4 такта по  $\frac{4}{4}$ .

На  $\frac{2}{4}$  — préparation с V позиции в IV для tour sur le sou-pied en dehors; на  $\frac{2}{4}$  — tour en dehors. Повторить четыре раза, с правой и левой ноги по очереди. То же повторить отдельно с двумя tours.<sup>1</sup>

6. 4 такта по  $\frac{4}{4}$ .

На два вступительных аккорда — demi-plié и встать в V позицию на пальцы. С правой ноги — четыре grands battements jetés в позе croisée вперед, с левой ноги — четыре в позе III arabesque, с правой ноги — восемь в сторону, на  $\frac{1}{4}$  каждый.

## ***Второе полугодие***

### **ПЯТЫЙ ПРИМЕР УРОКА**

#### ***Экзерсис у палки***

1. 16 тактов по  $\frac{4}{4}$ .

Одно demi-plié, два grands pliés, на  $\frac{4}{4}$  каждое; два relevés на полупальцы, на  $\frac{2}{4}$  каждое, в I, II, IV и V позициях.

2. Battements tendus. 32 такта по  $\frac{2}{4}$ .

По одному battement tendu вперед, в сторону, назад и в сторону, на  $\frac{1}{4}$  каждое; четыре в сторону, на  $\frac{1}{4}$  каждое; на  $\frac{2}{4}$  — grand plié во II позиции; на  $\frac{2}{4}$  вытянуть пальцы, закрыть работающую ногу в V позицию сзади и сделать два doubles tendus, на  $\frac{2}{4}$  каждое. Повторить в обратном направлении, начав правой ногой назад. Battements tendus jetés: по семь вперед, в сторону, назад и в сторону, на  $\frac{1}{8}$  каждое, на седьмом battement tendu jeté — demi-plié. Повторить battements tendus jetés.

3. Ronds de jambe par terre и grands ronds de jambe jeté. 12 тактов по  $\frac{4}{4}$ .

На два вступительных аккорда — préparation en dehors. Четыре ronds de jambe par terre, на  $\frac{1}{4}$  каждый; семь — на  $\frac{1}{8}$  каждый; два grands ronds de jambe jetés, на  $\frac{2}{4}$  каждый; четыре — на  $\frac{1}{4}$  каждый. Повторить en dedans. 2 такта: обвод на plié en dedans — en dehors, soutenu в V позицию на полупальцы и поднять левую ногу sur le sou-de-pied впереди. 2 такта: port de bras с перегибом корпуса на правой ноге на полупальцах.

4. Battements soutenus. 32 такта по  $\frac{2}{4}$ .

С правой ноги — одно soutenu вперед носком в пол, одно

---

<sup>1</sup> Желательно, чтобы учащиеся исполнили также tour и два tours en dedans (в зависимости от возможностей каждого)

на 90°; с левой ноги то же назад; с правой ноги — четыре *sou-tenus* на 90° в сторону, на  $\frac{2}{4}$  каждое. Повторить в обратном направлении, начав правой ногой назад. *Frappés*: семь в сторону, на  $\frac{1}{8}$  каждое; на  $\frac{2}{4}$  — *tour sur le cou-de-pied en dehors* с V позиции; на  $\frac{2}{4}$  — *fondus* в сторону. Повторить *frappés, tour* сделать *en dedans*. *Doubles frappés*: шестнадцать в сторону, на  $\frac{1}{4}$  каждое.

5. *Ronds de jambe en l'air*. 16 тактов по  $\frac{2}{4}$ .

Восемь *ronds de jambe en l'air en dehors*, на  $\frac{1}{4}$  каждый, пятнадцать — на  $\frac{1}{8}$  каждый. Повторить *en dedans*.

6. *Battements battus et petits battements sur le cou-de-pied*. 16 тактов по  $\frac{2}{4}$ .

Пятнадцать *battements battus* вперед в *épaulement effacé*, на  $\frac{1}{8}$  каждый; на последнем открыть работающую ногу в маленькую позу *effacée* вперед на 45°; пятнадцать *petits battements*, на  $\frac{1}{8}$  каждый; на последнем открыть работающую ногу в сторону на 45°. Повторить в обратном направлении, *battements battus* закончить в позу *effacée* назад на 45°.

7. *Battements développés*. 8 тактов по  $\frac{4}{4}$ .

Первый такт: *développé* вперед на полупальцах, два коротких *balancés* перед третьей и четвертой четвертями, на  $\frac{1}{16}$  каждое. Второй такт: *demi-rond* в сторону и два коротких *balancés*. Третий такт: *demi-rond* назад и два коротких *balancés*. Четвертый такт: *passé* на 90° в позу *écartée* назад, короткое *plié-relevé* на полупальцы, закончить в V позицию. Повторить *en dedans*.

8. *Grand battements jetés balancés*. 8 тактов по  $\frac{4}{4}$ .

Исходное положение I позиция. На два вступительных аккорда работающую ногу отвести назад носком в пол. На первую четверть — *battement balancé* вперед; на вторую четверть (не задерживаясь в I позиции) — *battement balancé* назад; на третью четверть — вперед; на четвертую четверть задержать работающую ногу на 90°. Следующий такт исполнить *battements balancés* назад — вперед — назад, с задержкой на 90° на последнем. Все повторить.<sup>1</sup> Восемь *grands battements jetés* с I позиции в сторону, на  $\frac{2}{4}$  каждый.

### Экзерсис на середине зала

1. *Маленькое adagio et battements tendus*. 8 тактов по  $\frac{4}{4}$ .

Первый такт: *grand plié* в V позиции (правая нога впереди), с глубокого *plié* — *préparation* на правой ноге для *tour en de-*

---

<sup>1</sup> В *grands battements jetés balancés* музыкальный акцент должен быть при броске ноги вверх. В данной комбинации простые *grands battements jetés* делаются также с акцентом вверх: на первую четверть — бросок на 90°, на вторую четверть окончание *battements* в I позицию.

dans в позе I arabesque. Второй такт: опуститься с полупальцев на всю ступню и исполнить *tour lent en dedans* в arabesque. Третий такт: из позы arabesque левой ногой быстрое *passé* по I позиции вперед на 90° с поворотом в точку 4 (руки поднять в III позицию) и поворот *en dedans* в III arabesque. Четвертый такт: из позы arabesque — *passé* на 90° в позу *effacée* вперед на полупальцы и опуститься в IV позицию *effacée* в точку 8 — *grande préparation* для *tour en dedans*. Пятый такт: *tour en dedans* в I arabesque. Шестой такт: *passé* по I позиции и шаг вперед на правую ногу в позу *croisée* назад, левая нога носком в пол. Седьмой такт: *grand port de bras*. Восьмой такт: на первую четверть — начало *grand port de bras* (растяжка на *plié*, корпус наклонить вперед); на вторую четверть быстро перейти на левую ногу в позу *attitude effacée*; на третью и четвертую четверти — *relevé* на полупальцы.

*Battements tendus* — 8 тактов по  $\frac{1}{4}$ . С правой ноги — четыре *battements tendus* в маленькой позе *effacée* вперед, на  $\frac{1}{4}$  каждое; пять *battements tendus jetés*, на  $\frac{1}{8}$  каждое; на  $\frac{3}{8}$  — *flic-flac en dedans en face*, закончить в маленькую позу *effacée* назад; четыре *battements tendus* в позе *effacée* назад; пять *battements tendus jetés* и *flic-flac en dehors en face*, закончить в сторону на 45°; четыре *battements tendus* в сторону, на  $\frac{1}{4}$  каждое; семь *tendus jetés*, на  $\frac{1}{8}$  каждое. Повторить *battements tendus* и *tendus jetés* в сторону. 2 такта: с левой ноги — *tour sur le cou-de-pied en dehors* со II позиции. 2 такта: два *tours en dehors* со II позиции.

### 2. *Battements soutenus*. 8 тактов по $\frac{2}{4}$ .

*Soutenu* носком в пол в маленькой позе *croisée* вперед *en tournant en dedans*; *soutenu* носком в пол в маленькой позе *croisée* назад *en tournant en dehors*; *soutenu* носком в пол в сторону *en tournant en dehors*, на  $\frac{2}{4}$  каждое; на  $\frac{2}{4}$  — два *tours sur le cou-de-pied en dehors* с V позиции. Повторить с другой ноги. То же повторить отдельно в обратном направлении.

### 3. *Ronds de jambe en l'air*. 8 тактов по $\frac{2}{4}$ .

Движение по диагонали из точки 6 в точку 2. V позиция, правая нога впереди. На  $\frac{1}{4}$  с правой ноги — *jeté en tournant* с продвижением в сторону на  $\frac{1}{2}$  *tour*; на  $\frac{1}{4}$  с левой ноги — *rond de jambe en l'air en dedans*, закончить на *plié*; на  $\frac{1}{4}$  с левой ноги — *jeté* с продвижением в сторону на  $\frac{1}{2}$  *tour*; на  $\frac{1}{4}$  с правой ноги — *rond de jambe en l'air en dehors*, закончить на *plié*. Исполнить шесть раз. На  $\frac{2}{4}$  встать сверху на правую ногу и сделать *tour sur le cou-de-pied en dedans*, закончить *tour* в IV позицию — *préparation* для *tour sur le cou-de-pied en dehors*; на  $\frac{2}{4}$  — два *tours en dehors*.

### 4. *Petits battements sur le cou-de-pied*. 8 тактов по $\frac{2}{4}$ .

С правой ноги — шестнадцать *petits battements en face*, шестнадцать *en tournant en dehors*, на  $\frac{1}{8}$  каждый. Исполнять *en tournant* рекомендуется следующим образом: один *petit bat-*

tement с поворотом в точку 2, другой en face в точку 2, один с поворотом в точку 3, другой en face в точку 3 и далее в точки 4, 5, 6, 7, 8 и 1.

5. *Большое adagio. 12 тактов по  $\frac{4}{4}$ .*

Первый такт: grand plié в V позиции (правая нога впереди), с глубокого plié — tour sur le cou-de-pied en dehors на левой ноге. Второй такт: после tour — plié на левой ноге и встать на правую на полупальцы в I arabesque в точку 2, правая рука на высоте III позиции; закончить в V позицию, левая нога впереди. Третий такт: с правой ноги — шаг на полупальцы в точку 2 и grand fouetté effacée en dehors (на  $\frac{3}{4}$ ), закончить pas de bourrée с переменной ног en dehors. Четвертый такт: поворот в V позиции на полупальцах в правую сторону и pas failli вперед. Пятый и шестой такты: с левой ноги — développé на полупальцах в позе effacée вперед, grand rond de jambe в écartée назад и III arabesque; опуститься в IV позицию grand préparation для tour en dedans. Седьмой такт: tour à la seconde en dedans, закончить в V позицию, левая нога впереди. Восьмой такт: с левой ноги — шаг на полупальцы в точку 8 и grand fouetté effacée en dedans (на  $\frac{3}{4}$ ); закончить pas de bourrée с переменной ног en dedans. Девятый и десятый такты: с правой ноги — développé на полупальцах в attitude effacée, grand rond de jambe в écartée вперед и croisée вперед; опуститься в IV позицию — grande préparation для tour en dedans. Одиннадцатый такт: tour en dedans во II arabesque. Двенадцатый такт: на первую четверть остаться на полупальцах в позе II arabesque; на вторую четверть опуститься в V позицию на demi-plié; на третью и четвертую четверти — pas failli назад.

### *Allegro*

1. *8 тактов по  $\frac{4}{4}$ .*

Два assemblés в сторону с правой и левой ноги с переменной ног вперед, на  $\frac{1}{4}$  каждое; на  $\frac{2}{4}$  — échappé во II позицию и со II позиции — tour sur le cou-de-pied en dehors. Повторить четыре раза и исполнить в обратном направлении с tours en dedans.

2. *8 тактов по  $\frac{2}{4}$ .*

С правой ноги на  $\frac{1}{4}$  — ballonné battu в сторону с продвижением, закончить sur le cou-de-pied сзади; на  $\frac{1}{4}$  — assemblé croisée назад; на  $\frac{1}{4}$  — entrechat-cinque назад и на  $\frac{2}{8}$  — pas de bourrée с переменной ног en tournant en dehors. Все повторить. На  $\frac{1}{4}$  с левой ноги — ballonné battu в сторону с продвижением, закончить sur le cou-de-pied впереди; на  $\frac{1}{4}$  — assemblé croisée вперед; на  $\frac{1}{4}$  — entrechat-cinque вперед и на  $\frac{2}{8}$  — pas de bourrée с переменной ног en tournant en dedans. Два pas de chat назад, на  $\frac{1}{4}$  каждое, три — на  $\frac{1}{8}$  каждое.

3. 16 тактов по  $\frac{3}{4}$  (вальс).

С правой ноги — два *sissonnes fondus* в I arabesque в точку 2, два *sissonnes fondus* в позе effacée вперед из точки 2 в точку 6, на 2 такта каждый. 2 такта: с правой ноги — *sissonne tombée effacée* вперед, закончить в V позицию, левая нога впереди. 4 такта: *pas failli* назад, с левой и правой ноги. 2 такта: два *grands changements de pieds en tournant* в правую сторону. (Для мужского класса на последние 2 такта сделать *relevé* в V позиции на полунальцы и *tour en l'air*.)

4. 8 тактов по  $\frac{2}{4}$ .

Grande *sissonne ouverte* в écartée назад, *assemblé*, с правой и левой ноги, на  $\frac{2}{4}$  каждое; с правой ноги на  $\frac{2}{4}$  — *sissonne tombé* вперед в IV позицию *croisée*, *soupir* левой ногой сзади и *grand assemblé croisée* вперед, руки в III позиции; на  $\frac{1}{4}$  вытянуть колени; на  $\frac{1}{4}$  — *demi-plié* для следующего прыжка. Grande *sissonne ouverte* в écartée вперед, *assemblé*, с левой и правой ноги, на  $\frac{2}{4}$  каждое; на  $\frac{2}{4}$  с правой ноги — *développé* в позе *croisée* вперед на полунальцах, *tombé* и на  $\frac{2}{4}$  — *grand assemblé* в сторону.

5. 8 тактов по  $\frac{2}{4}$ .

Движение по диагонали из точки 6 в точку 2. Préparation — правая нога вытянута *croisée* назад поском в пол. С правой ноги — шаг-*soupir effacée* вперед и *grand jeté* с левой ноги в attitude *croisée*. Исполнить два раза, и два раза — *grand jeté* в III arabesque, на  $\frac{2}{4}$  каждое. 4 такта: сценический *sissonne* на правую ногу в I arabesque, сценический бег в точку 4 и встать в *préparation* для исполнения *grands jetés* с другой ноги.

6. 8 тактов по  $\frac{4}{4}$ .

*Sissonne ouverte* в сторону на 45°, *rond de jambe en l'air sauté en dehors*, *assemblé*, *entrechat-quatre*, четыре *brisés* вперед. Повторить с другой ноги и исполнить в обратном направлении. Каждый прыжок исполняется на  $\frac{1}{4}$ .

7. 16 тактов по  $\frac{2}{4}$ .

Движение по диагонали из точки 6 в точку 2. V позиция, правая нога впереди. Пятнадцать *emboîtés* вперед (четыре маленьких, четыре средних и семь *grands emboîtés*), на  $\frac{1}{4}$  каждое; руки постепенно поднять: левую на II, правую в III позицию; на  $\frac{1}{4}$  — *assemblé*. По диагонали из точки 2 в точку 6: шестнадцать *petits changements de pieds*, на  $\frac{1}{4}$  каждый; руки постепенно поднять в III позицию и через II опустить в подготовительное положение.<sup>1</sup>

---

<sup>1</sup> Довольно быстрый темп *pas emboîtés* с продвижением вперед или назад, исполняемых в большом количестве, обязывает в данном примере сделать *petits changements de pieds* на  $\frac{1}{4}$  каждое, вместо  $\frac{1}{2}$ , принятой в средних классах.

## ПЯТЫЙ ПРИМЕР ЭКЗЕРСИСА НА ПАЛЬЦАХ

### 1. 16 тактов по $\frac{2}{4}$ .

Два sus-sous с продвижением вперед, на  $\frac{1}{4}$  каждое; на  $\frac{2}{4}$  — échappé во II позицию с переменной ног. Повторить с другой ноги. Три sus-sous вперед, на  $\frac{1}{8}$  каждое; два échappés во II позицию (первое без перемены ног, второе — с переменной ног), на  $\frac{1}{4}$  каждое. Повторить с другой ноги. То же исполнить в обратном направлении.

### 2. 16 тактов по $\frac{2}{4}$ .

Четыре ronds de jambe en l'air en dehors с V позиции, с правой и левой ноги по очереди, на  $\frac{2}{4}$  каждый; с правой ноги — два ballonnés effacés вперед, на  $\frac{2}{4}$  каждое; четыре — на  $\frac{1}{4}$  каждое; руки постепенно поднять: левую в III, правую на II позицию; закончить в V позицию, правая нога сзади. Повторить с другой ноги. То же исполнить в обратном направлении.

### 3. 8 тактов по $\frac{2}{4}$ .

По диагонали из точки 6 в точку 2 — шесть tours glissades en tournant, на  $\frac{2}{4}$  каждый; последний tour закончить в IV позицию, правая нога сзади. На  $\frac{2}{4}$  — tour sur le cou-de-pied en dehors, закончить в V позицию. На  $\frac{2}{4}$  — grande sissonne ouverte в attitude croisée.

### 4. 4 такта по $\frac{4}{4}$ .

Grande sissonne ouverte в écartée назад, с правой и левой ноги, на  $\frac{2}{4}$  каждый; на  $\frac{4}{4}$  — préparation с V позиции в IV для tour sur le cou-de-pied en dehors и два tours en dehors. Повторить с другой ноги. То же исполнить в обратном направлении.

### 5. 16 тактов по $\frac{3}{4}$ (вальс).

На два вступительных аккорда встать в I позицию на пальцы. 4 такта: pas sougu назад по прямой линии из точки 7 в направлении точки 3 (в профиль к зеркалу); на четвертом такте — полуоборот направо. 4 такта — pas sougu назад из точки 3 в точку 7 и полуоборот налево. 4 такта: pas sougu назад из точки 7 в направлении точки 3. 4 такта: jeté на правую ногу croisée вперед, левая полусогнута сзади на  $45^\circ$ ; три plié-relevé, на I такт каждое (третье plié-relevé закончить в attitude croisée на  $90^\circ$ ).

### 6. 32 такта по $\frac{3}{4}$ (вальс).

На два вступительных аккорда встать в V позицию на пальцы, правая нога впереди, правая рука на II, левая в III позиции. 8 тактов: два раза IV port de bras. 8 тактов: наклонить корпус вперед, левую руку опустить в I позицию и исполнить pas de bourrée suivi с поворотом на месте в левую сторону; корпус выпрямить, руки на II позиции; закончить поворот в V позиции на пальцах, левая нога впереди, правая рука в III левая на II позиции. Повторить с другой ноги.



## ШЕСТОЙ ПРИМЕР УРОКА

### Экзерсис у палки

#### 1. 8 тактов по $\frac{4}{4}$ .

Два grands pliés в I позиции, два grands pliés с port de bras во II позиции, два grands pliés в IV позиции и два grands pliés с port de bras в V позиции, по  $\frac{4}{4}$  каждое.

#### 2. Battements tendus. 16 тактов по $\frac{2}{4}$ .

Четыре battements tendus вперед, по  $\frac{1}{4}$  каждое; пять tendus jetés, по  $\frac{1}{8}$  каждое; на  $\frac{3}{8}$  — flic-flac en tournant en dehors, в заключение работающая нога находится сзади на  $45^\circ$ ; четыре battements tendus назад, по  $\frac{1}{4}$  каждое; пять battements tendus jetés, по  $\frac{1}{8}$  каждое; на  $\frac{3}{8}$  — flic-flac en tournant en dehors, в заключение работающая нога — впереди на  $45^\circ$ ; по два battements tendus вперед, в сторону, назад и в сторону, по  $\frac{1}{4}$  каждое; шестнадцать battements tendus jetés в I позицию, по  $\frac{1}{8}$  каждое, последнее исполнить на  $90^\circ$  с длительной задержкой в воздухе и relevé на опорной ноге на полупальцы.

#### 3. Ronds de jambe par terre и grands ronds de jambe jeté. 12 тактов по $\frac{4}{4}$ .

На два вступительных аккорда — préparation en dehors. Восемь ronds de jambe par terre, восемь grands ronds de jambe jetés, по  $\frac{1}{4}$  каждый. Повторить en dedans. 2 такта: обвод на plié en dedans — en dehors, закончить полуповоротом от палки, в заключение работающая нога впереди, носком в пол, опорная — на plié. 2 такта: port de bras с перегибом корпуса.

#### 4. Battements fondus на $45^\circ$ и $90^\circ$ . 16 тактов по $\frac{2}{4}$ .

Два fondus вперед на  $45^\circ$ , по  $\frac{1}{4}$  каждое; на  $\frac{2}{4}$  — одно fondu на  $90^\circ$ . Повторить в сторону, назад и в сторону. Frappés: семь в сторону, по  $\frac{1}{8}$  каждое; четыре doubles frappés, по  $\frac{1}{4}$  каждое. Повторить frappés.

#### 5. Ronds de jambe en l'air. 8 тактов по $\frac{4}{4}$ .

На  $\frac{4}{4}$  — tour temps relevé en dehors, в заключение — открыть работающую ногу в сторону на  $45^\circ$ ; четыре ronds de jambe en l'air en dehors, по  $\frac{1}{4}$  каждый, семь — по  $\frac{1}{8}$  каждый; на  $\frac{4}{4}$  — plié и tour en dehors sur le cou-de-pied со II позиции  $45^\circ$ . Повторить en dedans.

#### 6. Petits battements sur le cou-de-pied и battements battus. 16 тактов по $\frac{4}{4}$ .

Четырнадцать battements battus вперед в épaulement croisé по  $\frac{1}{8}$  каждое; на  $\frac{1}{4}$  — маленькая поза croisée вперед носком в пол на plié; четырнадцать battements battus вперед в épaulement effacé, по  $\frac{1}{8}$  каждое; на  $\frac{1}{4}$  — маленькая поза effacée вперед носком в пол на plié; двадцать четыре petits battements, по  $\frac{1}{8}$  каждый; на  $\frac{4}{4}$  — grand temps relevé en dehors. Повторить все в обратном направлении.

#### 7. Battements développés tombés. 32 такта по $\frac{3}{4}$ (вальс).

Три développés tombés в позе effacée вперед, одно — в позе écartée назад, три — в позе attitude effacée, одно — в позе écartée вперед, с окончанием sur le cou-de-pied, на 4 такта каждое.

### 8. Grands battements jetés pointés.

Два grands battements, на  $\frac{1}{4}$  каждый; три — на  $\frac{1}{8}$  каждый, вперед, в сторону, назад и в сторону.

## Экзерсис на середине зала

### 1. Маленькое adagio и battements tendus. 8 тактов по $\frac{1}{4}$ .

Первый такт: grand plié в I позиции; с глубокого plié — préparation на левой ноге для tour en dehors в позе III arabesque. Второй такт: plié в arabesque и relevé на полупальцы в attitude croisée. Третий такт: поворот en dehors в позу croisée вперед. Четвертый такт: plié в позе croisée и шаг вперед на правую ногу на полупальцы в III arabesque; опуститься в IV позицию — grand préparation для tour en dehors. Пятый такт: tour en dehors в III arabesque; закончить в V позицию. Шестой и седьмой такты: с левой ноги — grand rond de jambe développé en dedans на полупальцах; закончить в позу croisée вперед. Восьмой такт: tombé на левую ногу в позу IV arabesque на  $90^\circ$  на plié.

Battements tendus и tours — 8 тактов по  $\frac{1}{4}$ . С правой ноги — восемь battements tendus в сторону en tournant en dedans, на  $\frac{1}{4}$  каждое; руки за тактом раскрыть из подготовительного положения в сторону и на первом tendu поднимать правую руку в III позицию, голову повернуть направо, на последнем tendu открыть руку на II позицию. Battements tendus jetés: с левой ноги — семь в маленькой позе croisée вперед; с правой ноги — семь в маленькой позе croisée назад; с правой ноги в I позицию семь и семь, на  $\frac{1}{8}$  каждое; последнее battement tendu jeté закончить в V позицию, правая нога впереди. На  $\frac{1}{4}$  — préparation с V позиции в IV для tour sur le cou-de-pied en dehors и tour en dehors; закончить в IV позицию, правая нога сзади. На  $\frac{1}{4}$  перенести тяжесть корпуса на plié на правую ногу и исполнить на ней полтора tour en dedans.

### 2. Battements fondus на $45^\circ$ . 8 тактов по $\frac{1}{4}$ .

На  $\frac{2}{4}$  — tour sur le cou-de-pied en dehors с V позиции, закончить на полупальцах, работающая нога sur le cou-de-pied; на  $\frac{2}{4}$  — double fondus croisée вперед. Повторить tour, double fondus сделать в сторону. Frappés: в сторону три, на  $\frac{1}{8}$  каждое; два doubles frappés, на  $\frac{1}{4}$  каждое; на  $\frac{1}{4}$  — два tours sur le cou-de-pied en dehors с V позиции. Повторить все в обратном направлении с tours en dedans.

### 3. Petits battements sur le cou-de-pied. 8 тактов по $\frac{2}{4}$

Шестнадцать petits battements en tournant en dehors, на  $\frac{1}{8}$  каждый (как описывается в пятом примере урока); шесть petits battements en face, на  $\frac{1}{8}$  каждый; на  $\frac{1}{4}$  — demi-plié

работающую ногу открыть в сторону на 45° и сделать четыре tours fouettés на 15° en dehors, на 1/4 каждое. То же исполнить en dedans.

*1. Большое adagio. 48 тактов по 3/4 (вальс).*

Préparation на правой ноге, левую вытянуть croisée сзади носком в пол. За тактом — plié и courbé на полупальцы на левую ногу. 4 такта: с правой ноги — grand fouetté en face en dehors («итальянское»). 4 такта: courbé и с левой ноги — grand fouetté en face en dehors. 4 такта: из положения III arabesque en face, которым закончилось fouetté, — passé на 90° с поворотом в точку 6, développé в позу effacée вперед на полупальцах; широкое tombé и chassé в точку 6; закончить в IV позицию effacée — grande préparation для tour en dedans. 4 такта: половина tour à la seconde en dedans до точки 2 (руки в III позиции) и passé по I позиции в III arabesque на plié. 8 тактов: шаг назад на правую ногу, с левой — développé в позу croisée вперед; левая рука на III, правая на II позиции; grand rond de jambe en dehors в IV arabesque; plié и pas de bourrée en tournant en dehors; закончить в IV позицию — grand préparation для tour en dedans. 4 такта: tour en dedans в позу croisée вперед, закончить в IV позицию — grand préparation для tour en dehors. 4 такта: tour en dehors в effacée вперед; закончить в V позицию, правая нога впереди. 8 тактов: с правой ноги в точку 2 — три раза tours — glissades en tournant; третий tour закончить в V позицию, правая нога сзади, проскользнуть носком левой ноги по полу в точку 8 и встать в I arabesque на plié. 4 такта: в позе arabesque медленно вытянуть колено опорной ноги и подняться на полупальцы. 4 такта: стоять на полупальцах в arabesque.

### *Allegro*

*1. 16 тактов по 2/4.*

С правой ноги — assemblé в маленькой позе croisée вперед, в сторону и в маленькой позе croisée назад, на 1/4 каждое; два petits changements de pieds en tournant по 1/2 поворота в правую сторону, на 1/8 каждый; четыре assemblés battus с переменной ног вперед, на 1/4 каждое. Повторить с другой ноги и исполнить в обратном направлении.

*2. 4 такта по 4/4.*

V позиция, левая нога впереди. С правой ноги — jeté battu с продвижением в сторону, в заключение левая нога — sur le cou-de-pied впереди. С левой ноги — jeté с продвижением в маленькой позе croisée вперед, assemblé назад, royale. С правой ноги — ballonné effacée вперед и в сторону, в заключение нога sur le cou-de-pied сзади, assemblé назад, royale. Повторить все с другой ноги. Каждый прыжок исполняется на 1/4. То же исполнить в обратном направлении.

3. 4 такта по  $\frac{1}{4}$ .

Grande sissonne ouverte в сторону, assemblé, с правой и с левой ноги, на  $\frac{2}{4}$  каждое; sissonne fondu в сторону, с правой и с левой ноги, с переменной ног назад, на  $\frac{2}{4}$  каждый; два grands temps lié sauté вперед, на  $\frac{1}{4}$  каждое. То же исполнить в обратном направлении.

4. 16 тактов по  $\frac{3}{4}$  (вальс).

4 такта: glissade в сторону без перемены ног; grand assemblé в сторону; руки в III позиции; два entrechat-quatre; руки постепенно опустить в подготовительное положение. 4 такта: то же повторить с другой ноги. 4 такта: développé на полупальцах в большой позе croisée вперед, tombé и grand assemblé в сторону, руки — III и II позиция allongé; entrechat-quatre, руки опустить в подготовительное положение. 4 такта: assemblé с приема développé-tombé исполнить с другой ноги.

5. 16 тактов по  $\frac{3}{4}$  (вальс).

V позиция, левая нога впереди. 12 тактов: с правой ноги — glissade в сторону без перемены ног; grand jeté в I arabesque; assemblé; закончить в V позицию, левая нога впереди; entrechat-quatre. Исполнить три раза. 4 такта: с левой ноги — failli вперед и поворот в V позиции на полупальцах, в заключенные левая нога впереди, левая рука в III, правая на II позиции.

6. 16 тактов по  $\frac{2}{4}$ .

Семь brisés вперед, на  $\frac{1}{4}$  каждое; на  $\frac{1}{4}$  — goyale. Повторить с другой ноги и исполнить brisés назад.

7. Tours en l'air для мужского класса.

8. 8 тактов по  $\frac{2}{4}$ .

Тридцать два petits changements de pieds, на  $\frac{1}{8}$  каждый.

## ШЕСТОЙ ПРИМЕР

### ЭКЗЕРСИСА НА ПАЛЬЦАХ

1. 16 тактов по  $\frac{1}{4}$ .

V позиция, правая нога впереди. Четыре échappés во II позицию с переменной ног, на  $\frac{2}{4}$  каждое, в положении écartée вперед (правым плечом в точку 2, левым в точку 6, руки в подготовительном положении, голова направо). В таком же écartement — восемь échappés, на  $\frac{1}{4}$  каждое; руки постепенно поднимать из подготовительного положения на II и III позицию и опускать через II позицию в подготовительное положение. Два doubles échappés в IV позиции croisée; два doubles échappés в IV позиции effacée, на  $\frac{1}{4}$  каждое; закончить в V позицию, правая нога сзади. Повторить все с другой ноги.

2. 16 тактов по  $\frac{2}{4}$ .

Три sissonnes simples с переменной ног назад, на  $\frac{1}{4}$  каждый, при исполнении третьего sissonne задержаться на пальцах на протяжении трех восьмых и на четвертую восьмую опуститься

в V позицию на demi-plié. Повторить четыре раза и исполнить то же с переменой ног вперед.

*3. 16 тактов по  $\frac{2}{4}$ .*

Первый и второй такты: по прямой линии в точку 3 с правой ноги — pas de bourrée suivi, правая рука в III позиции, левая на II. Третий и четвертый такты: с правой ноги — grande sissonne ouverte в I arabesque в точку 3 и plié-relevé; закончить в V позицию, левая нога впереди. Следующие 4 такта повторить то же с левой ноги, по прямой линии в точку 7. Девятый и десятый такты: с правой ноги — pas de bourrée suivi croisée вперед, руки в III позиции. Одиннадцатый и двенадцатый такты: с правой ноги — grande sissonne ouverte в III arabesque и plié-relevé; руки из III позиции опустить в I и вытянуть в arabesque. Тринадцатый и четырнадцатый такты: с правой ноги — sissonne simple tirbouchon с переменной ноги назад; правая рука в III, левая на II позиции; с левой ноги — sissonne simple tirbouchon, левая рука в III, правая на II позиции. Пятнадцатый и шестнадцатый такты: семь petits changements de pieds en tourpaп на пальцах в левую сторону, на  $\frac{1}{8}$  каждый.

*4. 8 тактов по  $\frac{2}{4}$ .*

Préparation с V позиции в V для tour sur le cou-de-pied en dehors и семь tours en dehors подряд, на  $\frac{2}{4}$  каждый. Повторить с другой ноги. Все tours заканчивать в V позицию вперед, последний tour — в V позицию назад. То же исполнить en dedans.

*5. Музыкальный размер  $\frac{2}{4}$ .*

а) IV позиция en face. Tour en dehors sur le cou-de-pied, в заключение открыть работающую ногу в сторону на  $45^\circ$  и исполнить три tours fouettés на  $45^\circ$  en dehors; закончить в IV позицию в épaulement croisé. Tour и fouettés сделать на  $\frac{1}{4}$  каждый.

б) Tour en dehors и пять tours fouettés на  $45^\circ$  en dehors, на  $\frac{1}{4}$  каждый; закончить в IV позицию épaulement croisé;  $\frac{2}{4}$  — пауза. То же повторить en dedans.

## СЕДЬМОЙ ПРИМЕР УРОКА

### Экзерсис у палки

*1. 16 тактов по  $\frac{4}{4}$ .*

Два demi-pliés, два grands pliés, на  $\frac{4}{4}$  каждое, в I, II, IV и V позициях.

*2. Battements tendus. 32 такта по  $\frac{2}{4}$ .*

Три battements tendus вперед, на третьем — demi-plié, на  $\frac{1}{4}$  каждое; на  $\frac{1}{4}$  — полуповорот на полупальцах к палке; три battements tendus назад, на третьем — demi-plié, на  $\frac{1}{4}$  каждое; на  $\frac{1}{4}$  — полуповорот на полупальцах к палке; восемь — в сто-

рону, на  $\frac{1}{4}$  каждое. Повторить в обратном направлении. *Battements tendus jetés*: вперед семь, на  $\frac{1}{8}$  каждое. После седьмого задержать работающую ногу вперед на  $45^\circ$ . Семь *jetés-passé* по I позиции назад — вперед, назад — вперед и т. д., на  $\frac{1}{8}$  каждое, на последнем задержать работающую ногу сзади на  $45^\circ$ . Семь *battements tendus jetés* назад и семь *jetés-passé* на  $\frac{1}{8}$  каждое, на последнем задержать работающую ногу впереди на  $45^\circ$ . Тридцать *battements tendus jetés* в сторону, на  $\frac{1}{8}$  каждое, последний закончить на *plié* и на  $\frac{1}{4}$  исполнить полуоборот на полупальцах от палки.

3. *Ronds de jambe par terre u grands ronds de jambe jetés*. 12 тактов по  $\frac{4}{4}$ .

На два вступительных аккорда — *préparation en dehors*. Шесть *ronds de jambe par terre*, два *grands ronds de jambe jetés*, на  $\frac{1}{4}$  каждый; три раза по три *ronds de jambe par terre*, на  $\frac{1}{8}$  каждый, и два *grands ronds de jambe jetés*, на  $\frac{1}{4}$  каждый. Повторить *en dedans*. 2 такта: обвод на *plié en dedans* — *en dehors*. 2 такта: *port de bras* с растяжкой на *plié* и перегибом корпуса.

4. *Battements soutenus на  $45^\circ$  и  $90^\circ$* . 16 тактов по  $\frac{2}{4}$ .

Одно *soutenu* на  $45^\circ$ , одно на  $90^\circ$  в маленькой и большой позе *effacée* вперед, *écartée* назад, *effacée* назад и *écartée* вперед, на  $\frac{2}{4}$  каждое. *Frappés*: семь в позе *écartée* вперед, на  $\frac{1}{8}$  каждое; *doubles frappés*: четыре в сторону, на  $\frac{1}{4}$  каждое; семь *frappés* в позе *écartée* назад, на  $\frac{1}{8}$  каждое, и четыре *doubles frappés* в сторону, на  $\frac{1}{4}$  каждое.

5. *Ronds de jambe en l'air*. 8 тактов по  $\frac{4}{4}$ .

На  $\frac{4}{4}$  — *grand temps relevé en dehors*, на последнюю четверть опустить работающую ногу на  $45^\circ$ ; четыре *ronds de jambe en l'air en dehors*, на  $\frac{1}{4}$  каждый, семь — на  $\frac{1}{8}$  каждый и на  $\frac{1}{4}$  — *tour sur le cou-de-pied temps relevé en dehors*; закончить в V позицию, работающая нога сзади. Повторить все *en dedans*.

6. *Petits battements sur le cou-de-pied u battements battus*. 16 тактов по  $\frac{2}{4}$ .

Семь *battements battus* вперед в *épaulement effacé*, на  $\frac{1}{8}$  каждое, последнее закончить в маленькую позу *effacée* вперед, носком в пол на *plié*. Повторить. Двенадцать *petits battements*, на  $\frac{1}{8}$  каждое, и на  $\frac{2}{4}$  — быстрое *développé* в позу *écartée* назад. Повторить все в обратном направлении.

7. *Battements développés*. 16 тактов по  $\frac{4}{4}$ .

Первый такт: *grand rond de jambe développé en dehors* на всей ступне и *passé* на  $90^\circ$  на *plié*. Второй такт: *grand rond de jambe développé* на *plié* и *passé* на  $90^\circ$  на полупальцах. Третий такт: то же повторить на полупальцах и закончить *passé* на  $90^\circ$ . Четвертый такт: *développé* в сторону и полуповорот к палке с подменной ноги, в заключение открыть левую ногу в сторону на  $90^\circ$ . Повторить все с левой ноги и исполнить *en dedans*

с правой и левой ноги, с полуворотами с подменой ноги от палки.<sup>1</sup>

8. *Grands battements jetés. 16 тактов по  $\frac{2}{4}$ .*

Три *grands battements*, на  $\frac{1}{4}$  каждый; два *battements tendus*, на  $\frac{1}{8}$  каждое; два *grands battements*, на  $\frac{1}{4}$  каждый; на  $\frac{1}{8}$  — мягкий *grand battement* на полупальцах с задержкой ноги на  $90^\circ$  на протяжении двух восьмых; исполнить вперед, в сторону, назад и в сторону.

*Экзерсис на середине зала*

1. *Маленькое adagio и battements tendus. 4 такта по  $\frac{1}{4}$ .*

Первый такт *grand plié* во II позиции с *port de bras*<sup>2</sup> закончить *développé* левой ногой в позу *écartée* назад. Второй такт: *tour lent en dehors* в позе *écartée*. Третий такт: *plié* в *écartée* и широкий шаг на левую ногу; быстрое *développé* с правой ноги в позу *écartée* вперед; *passé* по I позиции вперед; встать на правую ногу в большую позу *croisée*, левая нога сзади носком в пол. Четвертый такт: *grand port de bras*.

*Battements tendus и tours* — 8 тактов по  $\frac{1}{4}$ . С левой ноги — четыре *battements tendus croisés* назад, на  $\frac{1}{4}$  каждое; семь *tendus jetés*, на  $\frac{1}{8}$  каждое; руки из позы *croisée* постепенно раскрыть и опустить в подготовительное положение. С правой ноги — четыре *battements tendus croisés* вперед, на  $\frac{1}{4}$  каждое; семь *battements tendus jetés*, на  $\frac{1}{8}$  каждое; руки постепенно открыть на II позицию. С правой ноги — четыре *battements tendus* в сторону *en tournant en dehors*, на  $\frac{1}{4}$  каждое, на  $\frac{1}{4}$  поворота; семь *battements tendus jetés en tournant en dehors*, на  $\frac{1}{8}$  каждое; закончить поворот в точку 1. На  $\frac{1}{4}$  с левой ноги — *préparation* с V позиции в IV для *tour sur le cou-de-pied en dedans* и *tour en dedans* закончить в IV позицию, левая нога сзади; на  $\frac{1}{4}$  — два *tours en dedans*.

2. *Battements soutenus на  $45^\circ$ . 8 тактов по  $\frac{1}{4}$ .*

С правой ноги — *soutenu* на  $45^\circ$  в маленькой позе *effacée* вперед; с левой ноги — в маленькой позе *effacée* назад, на  $\frac{2}{4}$  каждое; на  $\frac{1}{4}$ ; правой ногой — *dégagé effacée* вперед на  $45^\circ$  на *plié*; встать сверху на правую ногу на полупальцы и сделать два *tour sur le cou-de-pied en dedans*; закончить в V позицию на *demi-plié*, левая нога впереди. С правой ноги — *soutenu* на

<sup>1</sup> Это *adagio* исполняется с правой и левой ноги без остановки *Développé* в начале каждого *port de jambe* делается на первую четверть такта.

<sup>2</sup> Перед началом *grand plié* руки (как и всегда) открыты на II позицию. По мере приседания правая рука опускается в подготовительное положение и достигает его в момент глубокого *plié*, левая рука остается на II позиции, голова поворачивается налево. В начале подъема из *plié* на третью четверть правая рука через I позицию поднимается в III, одновременно левая опускается в подготовительное положение. На четвертую четверть в заключении *grand plié* и *développé* левой ногой, правая рука открывается на II позицию, левая через I позицию поднимается в III.

45° в маленькой позе effacée назад; с левой ноги — в маленькой позе effacée вперед; правой ногой — *déagé effacée* назад на 45° на *plié*, встать сверху на правую ногу на полупальцы и сделать два *tours sur le cou-de-pied en dehors*, закончить в V позицию, левая нога сзади. Все повторить.

3. *Ronds de jambe en l'air u battements divisés en quarte*. 16 тактов по  $\frac{4}{4}$ .

На  $\frac{4}{4}$  с правой ноги — *tour sur le cou-de-pied temps relevé en dehors*, в заключение открыть работающую ногу в сторону на 45°. Четыре *ronds de jambe en l'air en dehors*, на  $\frac{1}{4}$  каждый; семь — на  $\frac{1}{8}$  каждый; закончить в маленькую позу effacée вперед носком в пол на *plié*; шесть *ronds de jambe en l'air*, на  $\frac{1}{8}$  каждый; закончить в V позицию, левая нога впереди. 2 такта: с левой ноги — два *battements divisés en quarte* вперед *en dehors*, закончить в V позицию, левая нога сзади. 2 такта: с левой ноги — два *battements divisés en quarte* назад *en dehors*, закончить в V позицию, левая нога впереди. Повторить все *en dedans*.

4. *Grands battements jetés на полупальцах*. 8 тактов по  $\frac{2}{4}$ .

С правой ноги — четыре *grands battements* в позе effacée вперед; с левой ноги — четыре в позе effacée назад; с правой ноги — шесть в позе *écartée* назад, на  $\frac{1}{4}$  каждый, шестой *battement* закончить в V позицию на *demi-plié* и на  $\frac{1}{4}$  — поворот в V позиции на полупальцах, руки поднять в III позицию; на  $\frac{1}{4}$  остаться в позе на полупальцах.

5. *Большое adagio*. 48 тактов по  $\frac{3}{4}$  (вальс).

V позиция, левая нога впереди. На два вступительных аккорда — широкий шаг левой ногой в сторону, правую ногу слегка отделить от пола, мягко вынуть и поставить вперед на носок в *préparation croisée*. Руки одновременно поднимаются: левая в III, правая на II позицию, в заключение *préparation* левая рука открывается на II позицию, правая опускается вниз и поднимается в I позицию. Голова вначале поворачивается на-лево, в заключение *préparation* — направо.

4 такта: *assemblé croisée* вперед и два *tours sur le cou-de-pied en dehors* с V позиции, закончить позой III *arabesque*, правая нога носком в пол на *plié*. 4 такта: шаг на правую ногу, с левой — *développé* в позу *écartée* вперед и *demi-rond* в attitude effacée. 2 такта: *soupiré* на полупальцы на левую ногу и с правой — *grand fouetté effacée en dehors*. 2 такта: подтянуть правую ногу в V позицию на полупальцы, опуститься на *demi-plié* и мягко открыть левую ногу effacée вперед носком в пол, корпус перегнуть назад, руки оставить в заключительной позе *fouetté*. 2 такта: *soupiré* на полупальцы на левую ногу, подтянув ее к правой, и с правой ноги — *grand fouetté effacée en dedans*, 2 такта: подтянуть правую ногу в V позицию на полупальцы, опуститься на *demi-plié* и мягко открыть левую ногу effacée назад носком в пол, руки оставить на II и III позициях, но



в положении *alongé*. 4 такта: шаг назад на левую ногу в V позицию на полупальцы, правая нога сзади; поворот на полупальцах направо; руки опустить в подготовительное положение; шаг вперед правой ногой в большую позу *croisée*, левая нога сзади носком в пол. 4 такта: *grand port de bras*, закончить в IV позицию — *grand préparation* для *tour en dedans*. 4 такта: *tour en dedans* на II *arabesque*, в заключение *passé* по I позиции вперед в IV позицию — *grand préparation* для *tour en dehors*. 4 такта: *tour en dehors* в III *arabesque*, закончить в V позицию. 4 такта: с левой ноги — *grand rond de jambe dévoté en dehors*, закончить *croisée* назад на *plié*; руки вначале поднять в III позицию и в заключение открыть на II позицию. 4 такта: *pas de bourrée* с переменной ног *en tournant en dehors*, шаг левой ногой в сторону, правую ногу поставить *croisée* вперед на носок. 8 тактов: с правой ноги — два раза *tours glissades en tournant* в точку 2; закончить в V позицию, правая нога сзади; два *balancés* в позе маленького II *arabesque*, с правой и левой ноги; шаг назад на правую ногу, левая *croisée* вперед носком в пол, правая рука на III позиции, левая на II, *alongé*.

### *Allegro*

#### 1. 16 тактов по $\frac{2}{4}$ .

Два *sissonnes fermées* в сторону, с правой и левой ноги, одно *croisée* вперед, одно *croisée* назад, на  $\frac{1}{4}$  каждый; три *sissonnes fermées* в сторону — с правой, с левой и с правой ноги, на  $\frac{1}{8}$  каждый; два *entrechat-quatre*, на  $\frac{1}{4}$  каждый. Повторить с другой ноги и исполнить в обратном направлении.

#### 2. 16 тактов по $\frac{2}{4}$ .

С правой ноги — *sissonne ouverte* в сторону на  $45^\circ$  и *pas de bourrée dessous en tournant*; с левой ноги — *sissonne ouverte* в сторону на  $45^\circ$  и *pas de bourrée dessus en tournant*; с правой ноги — *sissonne ouverte* в сторону на  $45^\circ$ , *rond de jambe en l'air sauté en dehors* один и второй, *assemblé*; с левой ноги — *rond de jambe en l'air sauté en dehors* с V позиции, в заключение — *assemblé*; с правой ноги исполнить *rond de jambe en l'air sauté en dehors* с V позиции и, не опуская ноги — *jeté* с продвижением в сторону; с левой ноги — *jeté croisée* вперед, *assemblé*, два *pas de chat* назад. Повторить с другой ноги. Каждый прыжок и *pas de bourrée* исполняются на  $\frac{1}{4}$ . То же исполнить в обратном направлении.

#### 3. 8 тактов по $\frac{2}{4}$ .

С правой ноги — *grande sissonne ouverte* в III *arabesque*, *assemblé*; *grande sissonne ouverte* в I *arabesque*, *assemblé*, закончить в V позицию, левая нога впереди. С левой ноги — *grande sissonne ouverte* в позе *écartée* назад, *assemblé* и два *grands changements de pieds*. С правой ноги — *grandes sissonnes ouvertes* в позе *croisée* вперед, *assemblé*, в позе *effacée* впе-

ред, assemblé, в позе écartée вперед, assemblé и два grands changements de pieds en tournant в левую сторону.<sup>1</sup> Каждый прыжок исполняется на  $\frac{1}{4}$ .

4. 4 такта по  $\frac{4}{4}$ .

Grande sissonne ouverte в позе effacée вперед, temps levé, temps levé с demi-ronд в сторону, assemblé. Повторить четыре раза, с правой и левой ноги по очереди. Каждый прыжок исполняется на  $\frac{1}{4}$ .

5. 16 тактов по  $\frac{2}{4}$ . (Комбинация для мужского класса.)

Sissonne ouverte на  $45^\circ$  в позе effacée вперед, temps levé, cabriole на  $45^\circ$ , assemblé, закончить в V позицию назад. Повторить четыре раза, с правой и левой ноги по очереди, и исполнить в обратном направлении. Каждый прыжок исполняется на  $\frac{1}{4}$ .

6. 16 тактов по  $\frac{3}{4}$  (вальс).

Grand jeté с V позиции в attitude effacée, закончить assemblé в V позицию вперед, два entrechat-quatre. Повторить четыре раза, с правой и левой ноги по очереди. Каждый прыжок исполняется на один такт.

7. 16 тактов по  $\frac{2}{4}$ .

Четыре brisés вперед, четыре назад, шесть вперед, на  $\frac{1}{4}$  каждое; на  $\frac{2}{4}$  — pas de basque вперед. Повторить с другой ноги. То же исполнить в обратном направлении.

8. 8 тактов по  $\frac{2}{4}$ .

Семь трамплинных grands temps levés в I позиции, семь во II позиции; закончить в V позицию и сделать шестнадцать petits changements de pieds, на  $\frac{1}{8}$  каждое.

## СЕДЬМОЙ ПРИМЕР ЭКЗЕРСИСА НА ПАЛЬЦАХ

1. 8 тактов по  $\frac{4}{4}$ .

С правой ноги: double échappé в IV позиции croisée, правая рука в III, левая на II позиции; double échappé в IV позиции effacée, правую руку открыть на II позицию, левую поднять в III позицию, на  $\frac{4}{4}$  каждое. Четыре échappés во II позицию с переменной ног, из них два en face, два en tournant по  $\frac{1}{4}$  поворота в левую сторону, на  $\frac{2}{4}$  каждое. Повторить все с другой ноги в точку 5, последние два échappés исполнить с поворотом в правую сторону и закончить в точку 1.

2. 16 тактов по  $\frac{2}{4}$ .

Два sissonnes simples с переменной ног назад, на  $\frac{2}{4}$  каждый, четыре — на  $\frac{1}{4}$  каждый, с правой и левой ноги по очереди. С правой ноги — два ballonés effacée вперед, на  $\frac{2}{4}$  каждое,

---

<sup>1</sup> Для мужского класса заменить changements de pieds préparation в V позиции на полунальцах и исполнить tour en l'air.

два — на  $\frac{1}{4}$  каждое и одно — на  $\frac{2}{4}$ . Повторить все с другой ноги. То же исполнить в обратном направлении.

*3. 8 тактов по  $\frac{4}{4}$ .*

Два *grands sissonnes ouvertes* в III *arabesque*, на  $\frac{2}{4}$  каждый, четыре *ronds de jambe en l'air en dehors*, с правой и левой ноги по очереди, на  $\frac{2}{4}$  каждый; на  $\frac{4}{4}$  — *sissonne ouverte* на  $45^\circ$  в маленькой позе *effacée* вперед, *tombé* и два *tours sur le sou-de-pied en dedans*. Повторить все с другой ноги. То же исполнить в обратном направлении, *tour en dehors* с приема *tombé* сделать один.

*4. 16 тактов по  $\frac{3}{4}$ .*

2 такта: с правой ноги — шесть *temps glissés* (скользящих движений) вперед на *demi-plié*, с поворотом в правую сторону в позе I *arabesque*. 2 такта: из позы *arabesque* — *soutenu en tournant en dedans, plié* на правую ногу и *pas de bourrée* с переменной ног *en dehors*. 4 такта: повторить все с левой ноги. 4 такта: с правой ноги — шесть *temps glissés* вперед по диагонали в точку 2 на *demi-plié* в позе I *arabesque*, *relevé* на пальцы в *arabesque*, закончить в V позицию, левая нога впереди; *grande sissonne ouverte* в позе *croisée* вперед, левую ногу слегка согнуть на  $90^\circ$ . 4 такта: с левой ноги — *pas de bourrée suivi* по прямой линии к точке 7, в заключение — *grande sissonne ouverte* в I *arabesque* в точку 8 на левую ногу.

*5. 8 тактов по  $\frac{4}{4}$ .*

4 такта: по диагонали из точки 6 в точку 2 — восемь *tours glissades en tournant*, на  $\frac{2}{4}$  каждый, последний *tour* закончить в V позицию, правая нога сзади. 2 такта: по прямой линии к точке 8 — четыре *jetés* на левую ногу с продвижением в сторону, на  $\frac{2}{4}$  каждое; на первом и третьем *jeté* правая нога *sur le sou-de-pied* впереди, левая рука на I позиции, правая на II, на втором и четвертом *jeté* правая нога *sur le sou-de-pied* сзади, правая рука на I позиции, левая на II. 2 такта: с правой ноги — *pas de bourrée suivi croisée* назад, правая рука в III позиции, левая на II, *alongé*.

*6. Музыкальный размер  $\frac{4}{4}$ .*

*Tours sur le sou-de-pied* с IV позиции *en dehors* и *en dedans*.

## ВОСЬМОЙ ПРИМЕР УРОКА

### *Экзерсис у палки*

*1. 16 тактов по  $\frac{4}{4}$ .*

Два *demi-pliés*, два *grands pliés*, на  $\frac{4}{4}$  каждое, в I, II и IV позициях; два *grands pliés* в V позиции, на  $\frac{4}{4}$  каждое, и два *ports de bras* с перегибом корпуса, на  $\frac{4}{4}$  каждое.

*2. Battements tendus. 24 такта по  $\frac{2}{4}$ .*

Четыре *battements tendus* вперед, на  $\frac{1}{4}$  каждое, пять *riqué*, на  $\frac{1}{16}$  каждое, пауза, пять *riqué*, на  $\frac{1}{16}$  каждое, перенести

работающую ногу в сторону на носок. То же повторить в сторону, назад и в сторону, в заключение работающая нога впереди носком в пол. *Tendus jetés*: по восемь вперед, в сторону, назад и в сторону, на  $\frac{1}{8}$  каждое.

3. *Ronds de jambe par terre u grands ronds de jambe jetés. 12 тактов по  $\frac{4}{4}$ .*

На два вступительных аккорда — *préparation en dehors*. Шесть *ronds de jambe par terre*, на  $\frac{1}{4}$  каждый; на  $\frac{2}{4}$  — *préparation en dehors*; четыре *ronds de jambe par terre* и четыре *grands ronds de jambe jetés*, на  $\frac{1}{4}$  каждый. Повторить *en dedans*. 4 такта: обвод на *plié en dedans* — *en dehors*, *port de bras* с растяжкой на *plié* и перегибом корпуса.<sup>1</sup>

4. *Battements fondus на 45°. 12 тактов по  $\frac{4}{4}$ .*

На  $\frac{2}{4}$  — *fondu* вперед; на  $\frac{2}{4}$  — полуповорот к палке, в это время работающую ногу перевести *sur le sou-de-pied* вперед и назад и сделать *fondu* назад; на  $\frac{2}{4}$  — полуповорот к палке, работающую ногу перевести *sur le sou-de-pied* назад и вперед и сделать *fondu* вперед; на  $\frac{2}{4}$  — *plié-relevé* с *demi-rond* в сторону; два *doubles fondus* в сторону, на  $\frac{2}{4}$  каждое; на  $\frac{4}{4}$  — один *tour sur le sou-de-pied en dehors* с V позиции. Повторить все в обратном направлении. *Frappés*: в сторону семь, на  $\frac{1}{8}$  каждое; четыре *doubles frappés* в сторону носком в пол (в заключение каждого *frappé* опускаться с полупальцев на всю ступню), на  $\frac{1}{4}$  каждое. Повторить *frappés*.

5. *Ronds de jambe en l'air u battements battus. 16 тактов по  $\frac{4}{4}$ .*

Семь *ronds de jambe en l'air en dehors*, на  $\frac{1}{8}$  каждый; шесть *battements battus* вперед в *épaulement effacé*, на  $\frac{1}{8}$  каждый; на  $\frac{1}{4}$  — маленькая поза *effacée* вперед носком в пол на *plié*; семь *ronds de jambe en l'air en dehors*, на  $\frac{1}{8}$  каждый; на  $\frac{4}{4}$  — два *tours sur le sou-de-pied en dehors* с V позиции, закончить в сторону на 45°. Повторить сначала и два раза исполнить все *en dedans*.

6. *Battements développés. 8 тактов по  $\frac{4}{4}$ .*

Первый такт: *développé* вперед; перед третьей и четвертой четвертями — короткое *balancés*. Второй такт: *plié-relevé* на полупальцы с полуповоротом к палке; перед третьей и четвертой четвертями — короткие *balancés*. Третий и четвертый такты: *plié-relevé* на полупальцы с полуповоротом в сторону палки и *grand rond de jambe développé en dehors*, закончить в *attitude croisée*. То же повторить в обратном направлении.

7. *Grands battements jetés. 16 тактов по  $\frac{2}{4}$ .*

Шесть *grands battements* вперед, на  $\frac{1}{4}$  каждый; при исполнении седьмого *battement* задержать работающую ногу на 90° на протяжении трех восьмых. То же исполнить в сторону, назад и в сторону.

<sup>1</sup> Во время перегиба корпуса снять левую руку с палки и согнуть ее в I позиции.

1. *Маленькое adagio и battements tendus. 8 тактов по  $\frac{4}{4}$ .*

Первый такт: grand plié в V позиции (правая нога впереди); с глубокого plié — préparation на левой ноге для tour en dehors в позе effacée вперед. Второй такт: опуститься с полупальцев на всю ступню и исполнить tour lent en dehors в позе effacée. Третий такт: из позы effacée — demi-rond в сторону и passé на  $90^\circ$  на полупальцах. Четвертый такт: grand fouetté effacée en dehors и шаг назад в V позицию на полупальцы, левая нога сзади, правая рука в III позиции, левая на II. Пятый и шестой такты: с левой ноги — grand fouetté effacée en dedans, grand rond в сторону в attitude effacée и relevé на полупальцы: закончить в V позицию, левая нога впереди. Седьмой и восьмой такты: с левой ноги — préparation и tour à la seconde en dehors со II позиции.

Battements tendus — 8 тактов по  $\frac{4}{4}$ . С правой ноги — восемь battements tendus в большой позе écartée назад, с левой ноги — восемь в большой позе écartée вперед, на  $\frac{1}{4}$  каждое. Battements tendus jetés: с правой ноги в сторону — семь, на  $\frac{1}{8}$  каждое; исполнить четыре раза. 2 такта: с левой ноги — tour sur le cou-de-pied en dedans со II позиции. 2 такта: два tours en dedans со II позиции.

2. *Battements fondus на  $45^\circ$ . 8 тактов по  $\frac{2}{4}$ .*

На  $\frac{2}{4}$  — с правой ноги — fondu в маленькой позе effacée вперед; на  $\frac{2}{4}$ , сохраняя позу, — plié-relevé с поворотом в точку 4. На  $\frac{2}{4}$  — fondu в позе effacée вперед в точку 4; на  $\frac{2}{4}$  — plié-relevé с поворотом в точку 6. На  $\frac{2}{4}$  с левой ноги — fondu в маленькой позе effacée назад в точку 6; на  $\frac{2}{4}$ , сохраняя позу, — plié-relevé с поворотом в точку 8. На  $\frac{2}{4}$  — fondu в позе effacée назад в точку 8; на  $\frac{2}{4}$  — plié-relevé с поворотом в точку 2.

3. *Ronds de jambe en l'air. 8 тактов по  $\frac{4}{4}$ .*

На  $\frac{4}{4}$  — два tours sur le cou-de-pied en dehors с V позиции, в заключение открыть работающую ногу в сторону на  $45^\circ$ ; два ronds de jambe en l'air en dehors, на  $\frac{1}{4}$  каждый; три и еще три, на  $\frac{1}{8}$  каждый; на  $\frac{2}{4}$  — passé по I позиции вперед в IV позицию — grand préparation для tour en dehors, на  $\frac{4}{4}$  — tour en dehors в позе effacée вперед, в заключение опустить работающую ногу в V позицию сзади. Повторить с другой ноги. То же исполнить en dedans, с tour в позе attitude effacée в заключение.

4. *Grands battements jetés. 8 тактов по  $\frac{4}{4}$ .*

4 такта: с правой ноги — четыре grands battements в позе croisée вперед; с левой ноги — четыре в III arabesque и четыре в IV arabesque; с правой ноги — четыре в сторону, на  $\frac{1}{4}$  каждый. 2 такта: с левой ноги — préparation и tour à la seconde en dedans со II позиции. 2 такта: с правой ноги — préparation с V позиции в IV для tours sur le cou-de-pied en dehors, один tour и два tours en dehors.

5. *Большое adagio. 8 тактов по  $\frac{4}{4}$ .*

Первый такт: grand plié в V позиции, правая нога впереди; с глубокого plié — tour sur le cou-de-pied en dedans. Второй такт: с левой ноги — développé на полупальцах в сторону; на последнюю четверть опуститься на всю ступню. Третий такт: tour lent à la seconde en dedans. Четвертый такт: с à la seconde, с подъемом на полупальцы, повернуться в I arabesque на plié; шаг назад и с правой ноги — relevé на  $90^\circ$  в IV arabesque. Пятый такт: из позы arabesque — поворот en dehors в позу croisée вперед. Шестой такт: relevé на полупальцы в позе croisée, tombé, chassé вперед, закончить в V позицию; шаг левой ногой назад и встать в régration croisée, правая нога впереди носком в пол. Седьмой такт: plié на правую ногу, подняться на ней на полупальцы, одновременно левую ногу выбросить приемом grand battement в сторону на  $90^\circ$ ; руки поднять в III позицию; повернуться в I arabesque на plié;<sup>1</sup> на четвертую четверть такта сделать pas de bourrée с переменной ног en dehors. Восьмой такт: с левой ноги на первую четверть такта — failli назад, с остановкой на правой ноге, левую вытянуть croisée назад носком в пол — IV arabesque; на вторую, третью и четвертую четверти arabesque сохраняется.

*Allegro*

1. *8 тактов по  $\frac{2}{4}$ .*

V позиция, левая нога впереди. С правой ноги — два assemblés в сторону, первое — с переменной ноги вперед, второе — с переменной ноги назад, на  $\frac{1}{4}$  каждое; три assemblés в сторону с переменной ноги вперед, назад и вперед, на  $\frac{1}{8}$  каждое; на  $\frac{2}{4}$  с левой ноги — glissade в сторону без перемены ног и assemblé battu в сторону с переменной ноги вперед; на  $\frac{2}{4}$  с правой ноги — glissade в сторону без перемены ног и assemblé battu с переменной ноги вперед. Повторить все с другой ноги. То же исполнить в обратном направлении.

2. *16 тактов по  $\frac{2}{4}$ .*

V позиция, правая нога впереди. На  $\frac{2}{4}$  — échappé battu с окончанием на одну ногу, правая sur le cou-de-pied сзади; на  $\frac{2}{4}$  — temps levé, assemblé croisée назад; на  $\frac{2}{4}$  с правой ноги — glissade в сторону без перемены ног, jeté battu в сторону, в заключение — левая нога sur le cou-de-pied сзади; на  $\frac{2}{4}$  — temps levé и pas de bourrée с переменной ног en tournant en dehors. Повторить с другой ноги и исполнить в обратном направлении.

3. *Музыкальный размер  $\frac{2}{4}$ .*

Pas emboîté en tournant вперед и назад без продвижения в сторону; в начале изучения на  $\frac{1}{4}$  поворота каждое, затем на  $\frac{1}{2}$  поворота каждое.

<sup>1</sup> Это движение является подготовкой к grand fouetté à la seconde — I arabesque, исполняемого с шага-сюрре. В данном примере оно исполняется медленно на первые три четверти седьмого такта и носит характер медленного поворота с à la seconde в I arabesque.

4. 16 тактов по  $\frac{3}{4}$  (вальс).

4 такта: с правой ноги — маленькое *sissonne tombé* в IV позицию *croisée*; с левой ноги — *grand assemblé* в сторону, левая рука в III позиции, правая на II, *allongé*; *relevé* в V позиции на полупальцы. 4 такта: то же повторить с левой ноги. 8 тактов: по диагонали в точку 2 с правой ноги — проходящее *failli* в позе II *arabesque*, с правой ноги — *grand assemblé* в позе *écartée* вперед, правая рука в III позиции, левая на II, *allongé*; *relevé* в V позиции на полупальцы. Повторить *failli*, *assemblé* и *relevé* на полупальцы.

5. 16 тактов по  $\frac{3}{4}$  (вальс).

*Préparation* на правой ноге, левая *croisée* вперед носком в пол. 8 тактов: с правой ноги — *glissade* в сторону без перемены ног, *grand jeté* на правую ногу в I *arabesque*, *assemblé*, закончить в V позицию, левая нога впереди, *entrechat-quatre*. Повторить еще раз. 4 такта: с левой ноги — маленькое *sissonne tombé* в IV позицию *croisée*; короткое *soupir* правой ногой сзади; с левой — *grand assemblé croisé* вперед, руки в III позиции; два *entrechat-quatre*, руки постепенно опустить в подготовительное положение. 4 такта: с левой ноги — маленькое *sissonne tombé* в сторону; *pas de bourrée* с переменной ног *en dehors*; шаг назад левой ногой и встать в *préparation* (правая нога *croisée* вперед носком в пол).<sup>1</sup>

6. 4 такта по  $\frac{3}{4}$ .

V позиция, правая нога впереди. *Grand échappé* во II позицию и со II позиции — *grande sissonne ouverte* в *attitude effacée* на правую ногу; *assemblé*, закончить в V позицию, левая нога впереди. Исполнить четыре раза, с правой и левой ноги по очереди. Каждый прыжок делается на  $\frac{1}{4}$ . То же повторить с *grandes sissonnes ouvertes* в позы *effacées* вперед.

7. 4 такта по  $\frac{2}{4}$ .

Шестнадцать *petits changements de pieds*, на  $\frac{1}{8}$  каждый.

## ВОСЬМОЙ ПРИМЕР ЭКЗЕРСИЗА НА ПАЛЬЦАХ

1. 16 тактов по  $\frac{2}{4}$ .

Четыре *doubles échappés* во II позицию с переменной ног, на  $\frac{2}{4}$  каждое; восемь *échappés* во II позицию с продвижением назад, на  $\frac{1}{4}$  каждое. Повторить *doubles échappés* и исполнить восемь *échappés* с продвижением вперед.

2. 16 тактов по  $\frac{2}{4}$ .

Два *sissonnes simples* с правой и левой ноги с переменной ног назад, на  $\frac{1}{4}$  каждый; три *sissonnes simples* с правой ноги

<sup>1</sup> Для мужского класса заменить *préparation* в позе *croisée* вперед исполнением *tour en l'air*.

с переменной ноги назад — вперед — назад, на  $\frac{1}{8}$  каждый. Исполнить три раза, с правой и с левой ноги по очереди. На  $\frac{2}{4}$  с левой ноги — *préparation* с V позиции в V и *tour sur le sou-de-pied en dehors*; на  $\frac{2}{4}$  — поворот в V позиции в левую сторону. Повторить все с другой ноги. То же исполнить в обратном направлении.

*3. 8 тактов по  $\frac{4}{4}$ .*

С правой ноги — *grande sissonne ouverte* в позе *croisée* вперед и в позе *écartée* вперед, на  $\frac{2}{4}$  каждый, закончить в V позицию, правая нога сзади. Четыре *sissonnes simples* с продвижением вперед по диагонали в точку 2, с правой и левой ноги по очереди, с переменной ног вперед, на  $\frac{1}{4}$  каждый. На  $\frac{4}{4}$  с левой ноги — *préparation* с V позиции в IV для *tour sur le sou-de-pied en dehors* и *tour en dehors*. На  $\frac{4}{4}$  с правой ноги — *préparation* с V позиции в IV и *tour sur le sou-de-pied en dehors*. Повторить с другой ноги.

*4. 16 тактов по  $\frac{3}{4}$  (вальс).*

8 тактов: с правой ноги — *grande sissonne ouverte* в позе *écartée* назад и поворот на пальцах в V позиции. Повторить еще раз. 8 тактов: с правой ноги — *grande sissonne ouverte* в I *arabesque* в точку 2; *plié* в позе *arabesque* и *pas de bourrée* с переменной ног *en dehors*, закончить в IV позицию — *préparation* для *tours sur le sou-de-pied en dehors*; два *tours en dehors*. То же исполнить в обратном направлении.

*5. 32 такта по  $\frac{3}{4}$  (вальс).*

4 такта: с правой ноги по прямой линии — *pas de bourrée suivi*, правая рука в III позиции, левая на II; закончить *pas de bourrée* в V позицию, левая нога впереди, руки опустить в подготовительное положение. 4 такта: *pas de chat* назад, *pas de bourrée* с переменной ног *en dehors*, исполнить с правой и левой ноги. 16 тактов: то же повторить с левой ноги и еще раз с правой. 4 такта: *entrechat-quatre* и *sissonne simple* с переменной ноги назад, с левой и правой ноги по очереди. 4 такта: по диагонали в точку 2 — *pas sougé* в I позиции вперед, закончить *pas de chat* вперед, руки в III позиции. Исполнить комбинацию в быстром темпе.



## Шестой класс

Изучение прыжков с разных приемов и развитие баллона в больших прыжках. Усложненные комбинации из заносок в быстром темпе.

### ПЕРВЫЙ ПРИМЕР УРОКА

#### Экзерсис у палки

Упражнения предыдущих лет в сочетании с двумя tours с V позиции, с temps relevé и со II позиции на 45°.

1. 16 тактов по  $\frac{4}{4}$ .

Два demi-plié, два grands pliés, на  $\frac{4}{4}$  каждое, в I, II, IV и V позициях.

2. *Battements tendus*. 32 такта по  $\frac{2}{4}$ .

С правой ноги — четыре battements tendus вперед; с левой ноги — четыре назад; с правой — восемь в сторону, на  $\frac{1}{4}$  каждое. Повторить в обратном порядке, начав правой ногой назад. *Battements tendus jetés*: пять вперед, на  $\frac{1}{8}$  каждое; на  $\frac{3}{8}$  — flic-flac en tournant en dedans, закончить в позе II arabesque на 45°; пять battements tendus jetés назад, на  $\frac{1}{8}$  каждое, и на  $\frac{3}{8}$  — flic-flac en tournant en dehors, закончить в маленькой позе effacée вперед; в сторону семь и семь battements tendus jetés, на  $\frac{1}{8}$  каждое. Повторить battements tendus jetés в обратном порядке, начав правой ногой назад.

3. *Ronds de jambe par terre u grands ronds de jambe jetés*. 12 тактов по  $\frac{4}{4}$ .

На два вступительных аккорда — préparation en dehors. Два ronds de jambe par terre, на  $\frac{1}{4}$  каждый, три — на  $\frac{1}{8}$  каждый. Повторить. Два ronds de jambe par terre, шесть grands ronds de jambe jetés, на  $\frac{1}{4}$  каждый. То же исполнить en dedans. 2 такта: обвод на plié en dehors — en dedans и relevé вперед на 90° с подъемом на полупальцы. 2 такта: port de bras с перегибом корпуса, с ногой на 90°.

4. *Battements fondus* на 45°. 24 такта по  $\frac{2}{4}$ .

На  $\frac{2}{4}$  — fondu вперед; на  $\frac{2}{4}$  — plié-relevé с полуповоротом

от палки (работающая нога остается впереди на  $45^\circ$ ); на  $\frac{2}{4}$  — *plié-relevé* с полуповоротом от палки (работающая нога в заключение поворота сзади на  $45^\circ$ ); на  $\frac{2}{4}$  — *plié-relevé* с *demi-rond* в сторону; два *fondus* в сторону, на  $\frac{2}{4}$  каждое. *Frappés*: в сторону три, на  $\frac{1}{8}$  каждое, пять на  $\frac{1}{16}$  каждое. Повторить *fondus* и *frappés* в обратном направлении, начав правой ногой назад; первое *plié-relevé* сделать с полуповоротом к палке. *Doubles frappés*: двенадцать в сторону, на  $\frac{1}{4}$  каждое, и на 2 такта — *développé* на полупальцах в позе *écartée* назад, широкое *tombe* на работающую ногу с полуповоротом от палки в позу II *arabesque* на  $90^\circ$  на *plié*.

5. *Ronds de jambe en l'air. 8 тактов по  $\frac{4}{4}$ .*

Три *ronds de jambe en l'air en dehors*, на  $\frac{1}{8}$  каждый. Повторить еще раз. На следующий такт сделать четыре раза двойной *rond de jambe en l'air* на форшлаг перед каждой четвертью. Три *ronds de jambe en l'air*, на  $\frac{1}{8}$  каждый, на третьем — *plié* и на  $\frac{2}{4}$  — два *tours temps relevé en dehors*, закончить в сторону на  $45^\circ$ ; на  $\frac{4}{4}$  — двойные *ronds de jambe en l'air*, на форшлаг перед каждой четвертью. Повторить все *en dedans*.

6. *Petits battements sur le cou-de-pied u battements battus. 8 тактов по  $\frac{4}{4}$ .*

Восемь *petits battements*, на  $\frac{1}{8}$  каждый, постепенно поднять руку в III позицию; двенадцать *battements battus* в *épaulement effacée*, на  $\frac{1}{16}$  каждый; на  $\frac{1}{4}$  — маленькая поза *effacée* вперед, носком в пол на *plié*; шесть *petits battements*, на  $\frac{1}{8}$  каждый; на  $\frac{1}{4}$  — *plié*, работающую ногу открыть в сторону носком в пол; на  $\frac{2}{4}$  — *soutenu en tournant en dedans*, закончить в маленькую позу *effacée* назад носком в пол на *plié*; на  $\frac{2}{4}$  — *rapide relevé* на полупальцы в *attitude effacée*. Повторить все в обратном направлении.

7. *Battements développés balancés. 4 такта по  $\frac{4}{4}$ .*

Первый такт: *développé* вперед, перед третьей четвертью — быстрое *balancé demi-rond* в сторону и, не задерживаясь, *demi-rond* снова вперед (*d'ici — de là*); закончить в V позицию. Второй такт: *développé* в сторону и перед третьей четвертью — быстрое *balancé demi-rond* вперед и в сторону, закончить в V позицию. Третий такт: *développé* назад, *balancé demi-rond* в сторону и назад.

Четвертый такт: *développé* в сторону, *balancé demi-rond* назад и в сторону. Исполняется на всей ступне, по мере усвоения — на полупальцах.

8. *Grands battements jetés pointés. 8 тактов по  $\frac{4}{4}$ .*

Два *grands battements pointés* вперед с правой ноги, на  $\frac{1}{4}$  каждый; три — на  $\frac{1}{8}$  каждый; два *grands battements pointés* назад с левой ноги, на  $\frac{1}{4}$  каждый; три — на  $\frac{1}{8}$  каждый; два *grands battements pointés* в сторону с правой ноги, на  $\frac{1}{4}$  каждый; три — на  $\frac{1}{8}$  каждый; на  $\frac{4}{4}$  — быстрое *développé* на полу-

пальцах в позе *écartée* назад, повернуться в *attitude effacée*. Закончить в V позицию и повторить все в обратном направлении.

### Экзерсис на середине зала

#### 1. Маленькое *adagio*. 8 тактов по $\frac{4}{4}$ .

Первый такт: *grand plié* в I позиции, с глубокого *plié* — *tour sur le cou-de-pied en dehors* на левой ноге, в заключение (на последнюю четверть) — *développé* правой ногой вперед на полупальцах. Второй такт: из предыдущего положения (за тактом) опустить правую ногу в I позицию и повторить *grand plié* с *tour sur le cou-de-pied en dehors* на левой ноге, закончить *développé* вперед на полупальцах и *demi-rond* в сторону.<sup>1</sup> Третий такт: опуститься с полупальцев на всю ступню и сделать *tour lent en dehors à la seconde*. Четвертый такт: *plié* в положении *à la seconde* и широкий шаг на правую ногу в сторону на полупальцы, левую поднять в сторону на  $90^\circ$  приемом *grand battement*; на последнюю четверть опуститься в I позицию. То же самое повторить с *tours en dedans*. Первое *développé* сделать назад, второе назад с *demi-rond* в сторону и т. д.

#### 2. *Battements tendus*. 12 тактов по $\frac{4}{4}$ .

Шесть *battements tendus* в маленькой позе *croisée* вперед, на шестом — *demi-plié*, на  $\frac{1}{4}$  каждое; на  $\frac{2}{4}$  — *tour sur le cou-de-pied en dehors* с V позиции. Шесть *battements tendus* в маленькой позе *croisée* назад, *demi-plié* и *tour sur le cou-de-pied en dedans* с V позиции. Пять *battements tendus* в сторону, *demi-plié* и два *tours sur le cou-de-pied en dehors*. Повторить пять *battements tendus* и *tours* сделать *en dedans*. *Battements tendus jetés*: по четыре вперед, в сторону, назад и в сторону, на  $\frac{1}{8}$  каждое, и на 2 такта — *préparation* и *tour à la seconde en dedans* со II позиции.

#### 3. *Battements fondus*. 8 тактов по $\frac{4}{4}$ .

С правой ноги — одно *fondu* на  $45^\circ$  в маленькой позе *effacée* вперед, одно на  $90^\circ$  в большой позе *effacée* вперед; с левой ноги — одно *fondu* на  $45^\circ$  в маленькой позе *effacée* назад, одно на  $90^\circ$  в большой позе *effacée* назад (руки — *allongé*), на  $\frac{2}{4}$  каждое. С правой ноги — два *fondus* на  $90^\circ$  в позе *écartée* назад, на  $\frac{2}{4}$  каждое; на  $\frac{2}{4}$  — *plié* в позе *écartée* и *pas de bourrée* с переменной ног *en tournant en dehors*; на  $\frac{2}{4}$  — с правой ноги *soutenu en tournant en dehors*, в заключение открыть правую ногу в сторону на  $45^\circ$ . *Frappés* — семь в сторону, на  $\frac{1}{8}$  каждое; на  $\frac{2}{4}$  — *soupiré* правой ногой и с левой — *grand fouetté effacée*

<sup>1</sup> В конце учебного года эта комбинация может исполняться сложнее: для этого следует *tour* с глубокого *plié* с I позиции повторить третий раз и на последнюю четверть сделать *grand rond de jambe développé* на полупальцах.

en dehors; на  $\frac{2}{4}$  — поворот en dehors с passé на  $90^\circ$ ; на  $\frac{2}{4}$  — второе fouetté effacée en dehors; на  $\frac{2}{4}$  — pas de bourrée с переменной ног en dehors, закончить в IV позицию — grande préparation для tour en dehors; на  $\frac{4}{4}$  — два tours tirbouchon en dehors, руки поднять в III позицию. То же исполнить в обратном направлении.

4. *Ronds de jambe en l'air en tournant. 4 такта по  $\frac{4}{4}$ .*

На  $\frac{4}{4}$  — assemblé croisée вперед и два tours sur le cou-de-pied en dehors с V позиции, в заключение открыть работающую ногу в сторону на  $45^\circ$ . Два ronds de jambe en l'air en dehors, на  $\frac{1}{4}$  каждый, три — на  $\frac{1}{8}$  каждый и восемь — en tournant en dehors, на  $\frac{1}{4}$  каждый.<sup>1</sup> То же исполнить en dedans.

5. *Tours в больших позах с soupir-шага на вытянутую ногу. 4 такта по  $\frac{2}{4}$ .*

Движение по диагонали из точки 6 в точку 2. За тактом — demi-plié на левой ноге, правой — dégagé на  $45^\circ$  effacée вперед, руки приоткрыть в I позиции. На первую четверть — широкий шаг на полупальцы в точку 2 на правую ногу и tour en dedans в позе attitude effacée, одновременно правую руку открыть на II позицию, левую через II позицию поднять в III, взять ею форс для tour; на вторую четверть опуститься на левую ногу на plié (soupir), правую согнуть sur le cou-de-pied впереди, руки опустить в подготовительное положение. Повторить tour четыре раза. Так же исполнить tours в позах I arabesque и по диагонали снизу наверх в позах effacée вперед на  $90^\circ$ .

6. *Большое adagio. 12 тактов по  $\frac{4}{4}$ .*

IV позиция croisée, правая нога впереди. Первый такт: grand plié; с глубокого plié — половина tour en dedans на левой ноге в attitude, закончить в точку I позой attitude croisée. (Поднимаясь из глубокого plié, быстро поднять левую руку в III позицию и раскрыть ее на II, одновременно правую руку со II позиции быстро поднять в III.) Второй такт: сохранить позу attitude, опуститься на demi-plié, левую руку перевести в III позицию, правую в I, корпус наклонить направо и сделать tour lent en dehors. Третий такт: из позы attitude принять позу IV arabesque, шаг назад в V позицию на полупальцы, dégagé левой ногой croisée вперед и опуститься в IV позицию — grande préparation для tour en dedans. Четвертый такт: половина tour en dedans в attitude, plié-relevé и вторая половина tour; закончить в V позицию, правая нога впереди. Пятый такт: с левой ноги — développé в сторону, passé на  $90^\circ$  с поворотом en dehors в точку 6, plié и шаг вперед на левую ногу в точку 6 в позу attitude effacée. Шестой такт: сохраняя позу, опуститься на plié, правую ногу вытянуть сзади носком в пол, корпус пере-

---

<sup>1</sup> По мере усвоения ronds de jambe en l'air en tournant исполняются и на восьмые доли.

гнуть назад, затем опустить правую руку в I позицию и быстро вскочить на правую ногу на полупальцы в I arabesque на 90° в точку 2; passé левой ногой по I позиции вперед в IV позицию — grande préparation для tour en dedans. Седьмой такт: tour в I arabesque, закончить passé по I позиции вперед в IV позицию — grande préparation для tour en dehors. Восьмой такт: tour в позе effacée вперед на левой ноге; закончить в V позицию, левая нога впереди. Девятый и десятый такты: с левой ноги на полупальцах — grand rond de jambe développé en dehors, закончить позой III arabesque, plié и pas de bourrée с переменной ног en tournant en dehors. Одиннадцатый такт: с левой ноги — pas de basque en tournant вперед на  $\frac{1}{2}$  поворота и pas de basque en tournant назад на  $\frac{1}{2}$  поворота. Двенадцатый такт: с левой ноги — failli в IV позицию в préparation для tours sur le cou-de-pied en dehors, два tours en dehors. В заключение tours остаться на полупальцах на опорной правой ноге, левую из положения sur le cou-de-pied впереди приоткрыть в сторону и быстро согнуть sur le cou-de-pied сзади. Приоткрыть кисти рук, сохраняя I позицию.

### *Allegro*

#### *1. 8 тактов по $\frac{2}{4}$ .*

Два assemblés battus с правой и с левой ноги с переменной ног вперед, на  $\frac{1}{4}$  каждое; три assemblés croisée вперед, на  $\frac{1}{8}$  каждое; два sissonnes fermées в сторону с левой и с правой ноги с переменной ног, на  $\frac{1}{4}$  каждый; на  $\frac{2}{4}$  — entrechat-trois назад и assemblé croisée назад. Повторить с другой ноги. То же исполнить в обратном направлении.

#### *2. 8 тактов по $\frac{2}{4}$ .*

Sissonne ouverte на 45° в маленькой позе effacée вперед, два cabrioles на 45°, assemblé. Повторить четыре раза, с правой и с левой ноги по очереди. То же исполнить в обратном направлении. Каждый прыжок делается на  $\frac{1}{4}$ .

*3. Gargouillade (rond de jambe double) en dehors и en dedans. Музыкальный размер  $\frac{2}{4}$ .*

а) Gargouillade с окончанием в V позицию, на  $\frac{4}{4}$  каждый, и на  $\frac{4}{4}$  — gargouillade, заканчивающийся скользящим партерным прыжком, аналогичным заключительному прыжку в pas de basque.

б) Первый и второй вид gargouillade, исполняются на  $\frac{2}{4}$  каждый.

#### *4. 16 тактов по $\frac{3}{4}$ (медленный вальс).*

Grande sissonne ouverte в battitude croisée, assemblé; grande sissonne ouverte в attitude effacée, assemblé; исполнить с правой ноги и повторить с левой. Grande sissonne ouverte croisée вперед, assemblé; grande sissonne ouverte effacée вперед, assemblé; исполнить с правой ноги и повторить с левой.

5. 8 тактов по  $\frac{2}{4}$ .

Исполняется в быстром темпе. Повторить четвертую комбинацию *grandes sissonnes ouvertes*.<sup>1</sup>

6. 8 тактов по  $\frac{2}{4}$ .

С правой ноги — *sissonne tombée* в широкую IV позицию *effacée*, левую ногу вытянуть сзади носком в пол; короткое *soupiré* левой ногой сзади правой и *grand jeté* с правой ноги в *attitude effacée*; не опуская левой ноги, закончить *pas failli* в V позицию, левая нога впереди. Повторить четыре раза с правой и с левой ноги по очереди.<sup>2</sup>

7. 4 такта по  $\frac{4}{4}$ .

Движение по прямой линии из точки 7 в точку 3. V позиция, правая нога впереди. Первый такт: с правой ноги — шаг в сторону и *grand assemblé* в сторону с полуповоротом, руки в III позиции, в заключение остановиться спиной в точку 1 в V позицию, левая нога впереди и повернуться направо на обеих ступнях лицом в точку 1; при окончании поворота правая нога впереди. Второй такт: повторить комбинацию. Третий такт: шаг в сторону и *grand assemblé en tournant*, закончить в V позицию, левая нога впереди, вытянуть колени, сделать *demi-plié* и на четвертый такт исполнить четыре *grands changements de pieds*.

8. 16 тактов по  $\frac{2}{4}$ .

Два *entrechat-quatre*, на  $\frac{1}{4}$  каждый; три *entrechat-quatre*, на  $\frac{1}{8}$  каждый. Повторить. Три *échappés battus* с переменной ног, на  $\frac{2}{4}$  каждое; два *gouale*, на  $\frac{1}{4}$  каждый. Повторить все с другой ноги.

9. 16 тактов по  $\frac{2}{4}$ .

*Tours chaînés*: по диагонали в точку 2 с правой ноги три *chaînés*, на  $\frac{2}{4}$  каждое; на  $\frac{2}{4}$  — *demi-plié* в V позиции, правая нога впереди. Исполнить четыре раза, последнее *chaîné* закончить в V позицию, правая нога сзади. Повторить то же самое, но исполнить *chaînés* на  $\frac{1}{4}$  каждое.

10. *Entrechat-six* для мужского класса. Музыкальный размер  $\frac{2}{4}$ .

За тактом — *demi-plié* и *relevé* на полупальцы в V позиции; на первую четверть — *demi-plié*, на вторую четверть — *entrechat-six*. Вначале изучается лицом к палке, по мере усвоения — на середине зала. Во втором полугодии исполняется от четырех до восьми *entrechat-six* подряд.

---

<sup>1</sup> В шестом классе некоторые несложные комбинации рекомендуется делать с переменной темпа. Например: первый раз исполнить комбинацию медленно, с мягким углубленным *demi-plié*, второй раз — быстро, с короткой трамплинной отдачей от пола.

<sup>2</sup> Через несколько уроков эта комбинация разучивается в обратном направлении.

11. 4 такта по  $\frac{2}{4}$ .

Шестнадцать petits changements de pieds, на  $\frac{1}{8}$  каждый.<sup>1</sup>

ПЕРВЫЙ ПРИМЕР  
ЭКЗЕРСИСА НА ПАЛЬЦАХ

1. 16 тактов по  $\frac{2}{4}$ .

Два échappés battus, на  $\frac{2}{4}$  каждое; два échappés на II позицию с переменной ног (на пальцах), на  $\frac{1}{4}$  каждое; на  $\frac{2}{4}$  — sissonne simple с переменной ноги назад. Исполнить четыре раза, с правой и с левой ноги по очереди.

2. 16 тактов по  $\frac{2}{4}$ .

Двойной rond de jambe en l'air en dehors с V позиции, с правой, с левой и с правой ноги, на  $\frac{2}{4}$  каждый; на  $\frac{2}{4}$  — grande sissonne ouverte в III arabesque. Повторить с другой ноги и исполнить en dedans.

3. 16 тактов по  $\frac{3}{4}$  (вальс).

Préparation на левой ноге, правая croisée вперед носком в пол. Шаг-couré на правую ногу на plié, вскочить на нее на пальцы, левую выбросить в сторону приемом grand battement на 90°, руки поднять в III позицию и повернуться в I arabesque на plié, исполнив grand fouetté à la seconde — I arabesque. Passé по I позиции левой ногой croisée вперед, шаг-couré на plié на левую ногу и второе grand fouetté à la seconde — I arabesque. Исполнить это fouetté пять раз, на 2 такта каждое. На 2 такта — шаг назад на левую ногу в V позицию, правая нога сзади, demi-plié, и на 4 такта — pas de bourrée suivi croisée вперед, левая нога впереди, левая рука на III позиции, правая на II. На последний такт сделать grande sissonne ouverte в attitude croisée, левую руку открыть на II позицию, правую поднять в III allongé.

4. 8 тактов по  $\frac{4}{4}$ .

Движение по диагонали из точки 6 в точку 2. Встать сверху на пальцы в I arabesque на правую ногу и сделать три раза plié-relevé с продвижением вперед, третье relevé закончить в V позицию, правая нога впереди. То же повторить еще два раза, исполняя все plié-relevé на  $\frac{2}{4}$  каждое. На  $\frac{2}{4}$  — préparation с V позиции в IV, левая нога впереди; на  $\frac{2}{4}$  — tour sur le cou-de-pied en dehors, закончить в IV позицию. На  $\frac{4}{4}$  — два tour sur le cou-de-pied en dehors, закончить в V позицию, правая нога сзади, и встать на пальцы, руки поднять в III позицию.

5. 8 тактов по  $\frac{2}{4}$ .

Восемь tours en dehors с dégagé по диагонали, на  $\frac{2}{4}$  каждый.

<sup>1</sup> Как обычно, каждый урок заканчивается port de bras с перегибом корпуса.

6. Музыкальный размер  $\frac{2}{4}$ .

Tours chaînés по диагонали от четырех до восьми, на  $\frac{1}{4}$  каждый.

7. Музыкальный размер  $\frac{2}{4}$ .

Восемь tours fouettés на  $45^\circ$  и более, по индивидуальным возможностям учащихся.

8. Музыкальный размер  $\frac{3}{4}$  (вальс).

V port de bras на пальцах.

## ВТОРОЙ ПРИМЕР УРОКА

### Экзерсис у палки

1. 16 тактов по  $\frac{4}{4}$ .

По два demi-pliés, по два grands pliés, на  $\frac{4}{4}$  каждое, в I, II, IV и V позициях.

2. Battements tendus. 32 такта по  $\frac{2}{4}$ .

Три battements tendus вперед, на  $\frac{1}{4}$  каждое, два на  $\frac{1}{8}$  каждое. Повторить. Шесть battements tendus в сторону, на  $\frac{1}{4}$  каждое, на  $\frac{2}{4}$  — полуповорот к палке с подменной ноги, в заключение открыть левую ногу в сторону носком в пол и сделать полуповорот снова к палке с подменной ноги, открыв в сторону правую ногу носком в пол; на последнюю восьмую сделать demi-rond par terre назад и повторить все в обратном направлении. Battements tendus jetés: по семь вперед, в сторону, назад и в сторону, на  $\frac{1}{8}$  каждое; battements tendus jetés в I позицию: три, три и три, на  $\frac{1}{8}$  каждое, пять — на  $\frac{1}{16}$  каждое. Повторить battements tendus jetés в I позицию.

3. Ronds de jambe par terre и grands battements jetés passés. 12 тактов по  $\frac{4}{4}$ .

На два вступительных аккорда — préparation en dehors. Восемь ronds de jambe par terre, на  $\frac{1}{4}$  каждый, четыре grands battements jetés passés en dehors (вперед — назад), на  $\frac{2}{4}$  каждый. То же исполнить en dedans. 2 такта — обвод на plié en dedans и demi-rond en dehors до II позиции, relevé в сторону на  $90^\circ$  с подъемом на полупальцы. 2 такта — port de bras с перегибом корпуса налево к палке, правую руку поднять в III позицию.

4. Battements fondus на  $45^\circ$ . 24 такта по  $\frac{2}{4}$ .

На  $\frac{2}{4}$  — fondu вперед, на  $\frac{2}{4}$  — plié-relevé с demi-rond в сторону, на  $\frac{2}{4}$  — plié с ногой на  $45^\circ$  и tour sur le cou-de-pied en dehors, на  $\frac{2}{4}$  — fondu в сторону. Повторить fondus и с  $45^\circ$  сделать два tours sur le cou-de-pied en dehors, в заключение открыть работающую ногу в сторону на  $45^\circ$ . Повторить все en dedans. Frappés: в сторону три, на  $\frac{1}{8}$  каждое; на  $\frac{2}{4}$  — полуповорот к палке с подменной ноги на полупальцах, в заключение открыть левую ногу в сторону на  $45^\circ$  и снова сделать полуповорот к палке с подменной ноги на полупальцах, открыв правую



ногу в сторону на  $45^\circ$ . Повторить frappés, полуповороты с под-  
менной ноги исполнить от палки. Doubles frappés: в сторону  
шесть, на  $\frac{1}{4}$  каждое, три — на  $\frac{1}{8}$  каждое.

5. *Ronds de jambe en l'air. 8 тактов по  $\frac{4}{4}$ .*

На  $\frac{2}{4}$  — tour sur le cou-de-pied temps relevé en dehors, в за-  
ключение открыть работающую ногу в сторону на  $45^\circ$ ; три  
ronds de jambe en l'air en dehors, на  $\frac{1}{8}$  каждый. Повторить сна-  
чала. Пять и еще раз пять ronds de jambe en dehors, на  $\frac{1}{16}$   
каждый; на  $\frac{4}{4}$  — два tours sur le cou-de-pied temps relevé en  
dehors. То же повторить en dedans.

6. *Petits battements sur le cou-de-pied. 8 тактов по  $\frac{4}{4}$ .*

Двадцать четыре petits battements, на  $\frac{1}{8}$  каждый, на  $\frac{4}{4}$  —  
tour sur le cou-de-pied en dehors с V позиции, закончить à la  
seconde. Повторить petits battements, tour с V позиции сделать  
en dedans и закончить его в attitude effacée.

7. *Battements développés. 16 тактов по  $\frac{4}{4}$ .*

Первый такт: demi-plié, работающую ногу вытянуть вперед  
носком в пол, relevé на  $90^\circ$  на полупальцах, одновременно  
вытянуть колено опорной ноги. Второй такт: три коротких  
balancés, закончить в V позицию. Третий и четвертый такты:  
développé вперед на полупальцах, grand rond de jambe en de-  
hors и passé на  $90^\circ$ . Пятый, шестой, седьмой и восьмой такты:  
оставаясь на полупальцах, сделать développé вперед, grand  
rond de jambe en dehors, не опуская ноги — grand rond de  
jambe en dedans, снова en dehors и закончить в V позицию.  
Повторить все в обратном направлении.

8. *Grands battements jetés balancés. 8 тактов по  $\frac{2}{4}$ .*

I позиция, работающую ногу вытянуть сзади носком в пол.  
Два grands battements balancés вперед — назад, на  $\frac{1}{4}$  каждый,  
три — вперед — назад — вперед, на  $\frac{1}{8}$  каждый. На  $\frac{1}{8}$  задер-  
жать работающую ногу впереди на  $90^\circ$  и продолжить комбина-  
цию battements назад — вперед и т. д.

### Экзерсис на середине зала

1. *Маленькое adagio и battements tendus. 8 тактов по  $\frac{4}{4}$ .*

Первый такт: grand plié в V позиции (правая нога впереди),  
с глубокого plié — tour en dedans на правой ноге в attitude ef-  
facée. Второй такт: половина tour lent en dedans до позы atti-  
tude croisée. В начале поворота слегка перегнуть корпус назад  
и открыть левую руку на II позицию; заканчивая поворот, опу-  
стить правую руку в подготовительное положение и через I по-  
зицию поднять в III. Корпус в attitude croisée в том же положе-  
нии, что и в позе IV arabesque: левое плечо отведено назад,  
правая рука, находящаяся в III позиции, направлена влево,  
локоть — вперед, голова повернута направо и находится за  
рукой. Третий такт: из предыдущего положения наклониться,  
вытянуть колено работающей ноги и сделать полуповорот en

dehors в положение à la seconde, лицом в точку 5, plié и шаг на левую ногу в I arabesque в точку 3. Четвертый такт: повернуться в точку 1 (en dedans), одновременно сделав grand rond de jambe en dedans в позу croisée вперед. Пятый такт: relevé на полупальцы в позе croisée, широкое tombé и grand port de bras с окончанием в IV позицию — grande préparation для tour en dehors. Шестой такт: tour en dehors в attitude, закончить в V позицию. Седьмой такт: с правой ноги — обвод на plié en dehors (rond de jambe par terre), закончить в V позицию на полупальцах. Восьмой такт: plié на правой ноге, левой dégagé на 45° в effacée вперед в точку 8, встать сверху на полупальцы на левую ногу и сделать tour en dedans в I arabesque.

Battements tendus и tours — 8 тактов по  $\frac{1}{4}$ . Четыре battements tendus с правой ноги в маленькой позе effacée вперед, на  $\frac{1}{4}$  каждое; пять battements tendus jetés, на  $\frac{1}{8}$  каждое, и на  $\frac{3}{8}$  — flic-flac en tournant en dedans, закончить в маленькой позе effacée назад; четыре battements tendus в позе effacée назад, пять battements tendus jetés и flic-flac en tournant en dehors, закончить в сторону на 45°; четыре battements tendus в сторону, пять tendus jetés и flic-flac en tournant en dehors, закончить в IV позицию effacée в точку 2, в préparation для tour sur le cou-de-pied en dedans. Один такт — tour en dedans на правой ноге, закончить в IV позицию croisée (левая нога впереди); один такт на первую и вторую четверти — tour sur le cou-de-pied en dehors, на третью и четвертую четверть — два tours en dehors.

### 2. Battements fondus на 45°. 4 такта по $\frac{1}{4}$ .

На  $\frac{2}{4}$  с правой ноги — fondu в маленькой позе effacée вперед; на  $\frac{2}{4}$  — plié-relevé с полуповоротом en dedans в точку 6, в заключение поворота работающая нога effacée сзади; на  $\frac{2}{4}$  перенести правую ногу путем petit battement в положение sur le cou-de-pied вперед и сделать fondu в маленькой позе effacée вперед в точку 6; на  $\frac{2}{4}$  — plié-relevé с полуповоротом en dedans в точку 1, в заключение поворота работающая нога croisée сзади. Два doubles fondus в сторону, на  $\frac{2}{4}$  каждое, на  $\frac{1}{4}$  — широкое tombé в сторону на plié на правую ногу и tour à la seconde en dedans в правую сторону.

### 3. Petits battements sur le cou-de-pied. 8 тактов по $\frac{1}{4}$ .

V позиция, épaulement effacé, правая нога впереди. 2 такта: с правой ноги — двенадцать petits battements на  $\frac{1}{8}$  каждый, руки постепенно поднять из подготовительного положения — левую на III, правую на II позицию. Последний petit battement закончить plié на опорной ноге, руки опустить в подготовительное положение и на  $\frac{1}{4}$ , скользнув носком по полу, сделать прыжок jeté на правую ногу вперед в точку 2. Руки поднять в I позицию, корпус наклонить вперед, левую ногу вытянуть effacée сзади на 45°. На  $\frac{1}{4}$  положение сохраняется. 2 такта: из предыдущей позы исполнить с левой ноги двенадцать petits batte-

ments в *épaulement croisé*, постепенно поднимая руки — правую на III, левую на II позицию, затем *demi-plié* на опорной ноге, руки опустить в подготовительное положение, и прыжок *jeté* в точку 2. Руки поднять в I позицию, корпус наклонить вперед, правая нога вытянута *croisée* сзади на  $45^\circ$ . 2 такта: из предыдущей позы повторить *petits battements* с правой ноги в *épaulement effacé*, прыжок *jeté* и на 2 такта, поднимаясь из *demi-plié*, повернуться в позу *écartée* назад на  $90^\circ$ , *relevé* на полупальцы, широкое *tombé* на левую ногу и *tour en dedans* в позе II *arabesque* на  $90^\circ$ .

4. *Grands battements jetés balancés* в сторону II позиции.<sup>1</sup>  
Музыкальный размер  $\frac{2}{4}$ .

а) V позиция, правая нога впереди. На первую четверть с правой ноги — *grand battement* в сторону, корпус наклонить налево; на вторую четверть опустить ногу в V позицию сзади, корпус выпрямить. Повторить то же самое с левой ноги, с правой и т. д. не менее восьми *battements*. То же исполнить в обратном направлении с переменной ног в V позиции вперед.

б) На первую четверть — *battement* с правой ноги, с задержкой в сторону на  $90^\circ$ ; на вторую четверть, не задерживаясь в V позиции, сделать *battement* с левой ноги с задержкой в сторону на  $90^\circ$  и т. д.

5. *Большое adagio*. 8 тактов по  $\frac{4}{4}$ .

Первый такт: с правой ноги — *sissonne tombée* в IV позицию *croisée* — *grande préparation* для *tour en dedans*, *tour en dedans* в *attitude effacée*, закончить в V позицию. Второй такт: с левой ноги — *sissonne tombée* в IV позицию *croisée* — *grande préparation* для *tour en dedans* и *tour* в I *arabesque*, закончить в V позицию, правая нога впереди. Третий такт: *grand échappé* во II позицию и со II позиции — *tour à la seconde en dehors* в правую сторону. Четвертый такт: из положения *à la seconde* провести работающую ногу в *écartée* назад, опуститься в V позицию, правая нога сзади, и на последние две четверти такта исполнить с левой ноги *gargouillade en dehors*. 4 такта — повторить *adagio* с правой ноги еще раз.

## *Allegro*

1. 16 тактов по  $\frac{2}{4}$ .

Четыре *assemblés battus* с правой и с левой ноги по очереди, с переменной ног вперед, на  $\frac{1}{4}$  каждое; на  $\frac{2}{4}$  — *échappé* в IV позицию *croisée*; на  $\frac{2}{4}$  — *échappé* во II позицию и со II позиции — *tour sur le cou-de-pied en dehors*. Повторить с другой ноги и исполнить в обратном направлении.

---

<sup>1</sup> В отличие от *grands battements jetés balancés*, исполняемых в экзерсисе у палки через I позицию, на середине зала эти *battements* исполняются через проходящую V позицию.

2. 8 тактов по  $\frac{2}{4}$ .

Sissonne ouverte на  $45^\circ$  en tournant en dehors в маленькую позу croisée вперед, assemblé croisée вперед. Исполнить три раза, на  $\frac{2}{4}$  каждое. На  $\frac{2}{4}$  — sissonne ouverte на  $45^\circ$  en tournant en dehors, закончить в сторону, assemblé в сторону. Два pas de basque вперед en tournant по  $\frac{1}{2}$  поворота, на  $\frac{2}{4}$  каждый. Два entrechat-cinq назад, заканчивая assemblé назад, на  $\frac{2}{4}$  каждый. То же исполнить в обратном направлении.

3. 8 тактов по  $\frac{2}{4}$  или 16 тактов по  $\frac{3}{4}$  (вальс).

С правой ноги — grande sissonne ouverte в attitude croisée с продвижением вперед и с полуповоротом en dedans в точку 5, закончить assemblé; grande sissonne ouverte в attitude croisée с продвижением и с полуповоротом en dedans в точку 1, закончить assemblé, на  $\frac{2}{4}$  каждое. На  $\frac{2}{4}$  с левой ноги за тактом — pas couru вперед (четыре шага, пятый шаг — couré), и с правой ноги — grand assemblé croisée вперед, правая рука на I позиции, левая на III; на  $\frac{2}{4}$  — два entrechat-quatre, руки постепенно опустить вниз. Два grands échappés во II позицию с переменной ног, на  $\frac{2}{4}$  каждое.<sup>1</sup> С правой ноги — grande sissonne ouverte в позу croisée вперед с продвижением назад и с полуповоротом en dehors в точку 5, закончить assemblé; grande sissonne ouverte в позу croisée вперед с продвижением назад и с полуповоротом en dehors в точку 1, закончить assemblé, на  $\frac{2}{4}$  каждое.

4. 16 тактов по  $\frac{3}{4}$  (вальс).

Три sissonnes fondues в сторону на  $90^\circ$ , с правой, левой и с правой ноги с переменной ног назад; одно sissonne fondue в позу III arabesque; три sissonnes fondues в сторону, с правой, левой и с правой ноги с переменной ног вперед и одно sissonne fondue в позу croisée вперед, на 2 такта каждый.

5. 8 тактов по  $\frac{4}{4}$ .

V позиция, левая нога впереди. Четыре brisés dessus-dessous (начиная с правой ноги), на  $\frac{2}{4}$  каждое; с правой ноги — маленькое jeté с продвижением в сторону; с левой — маленькое jeté croisée вперед, на  $\frac{1}{4}$  каждое; повторить jetés еще раз. На  $\frac{4}{4}$  с правой ноги — шаг-couré вперед на effacée, grand jeté в attitude croisée с левой ноги, assemblé. Четвертая четверть пауза. Все повторить.

6. Soubresaut. Музыкальный размер  $\frac{2}{4}$ .

а) Исполняется на 2 такта каждое.

б) Исполняется на 1 такт каждое.

7. 16 тактов по  $\frac{3}{4}$  (вальс).

4 такта: с правой ноги — sissonne tombée effacée вперед и два cabrioles на  $45^\circ$  в позу маленький II arabesque, pas de bour-

<sup>1</sup> Для мужского класса вместо grands échappés можно сделать два раза: relevé на пупальцы в V позицию и entrechat-six.

rée с переменной ног en dehors. 4 такта: с левой ноги — *sissonne tombé croisée* вперед и два *sabrioles* на  $45^\circ$  в позе маленький III *arabesque*, закончить *assemblé*. 4 такта: с правой ноги — *sissonne tombée effacée* вперед и два *sabrioles* на  $45^\circ$  в позе маленький I *arabesque*, *pas de bourrée* с переменной ног en dehors. 2 такта: с левой ноги по прямой линии — шаг в сторону и *grand assemblé en tournant*, руки в III позиции; закончить в V позицию, правая нога впереди. 2 такта пауза.

8. 16 тактов по  $\frac{2}{4}$ .

Движение по прямой линии из точки 7 в точку 3. V позиция, правая нога впереди. На  $\frac{2}{4}$  — одно *emboîté en tournant* вперед с продвижением в сторону на  $\frac{1}{2}$  tour и *assemblé* вперед; на  $\frac{2}{4}$  — второе *emboîté en tournant* и *assemblé* вперед. Восемь *emboîtés en tournant* вперед подряд, без *assemblé*, на  $\frac{1}{4}$  каждое; на  $\frac{1}{4}$  — *assemblé* в сторону, закончить в V позицию, правая нога сзади, и три *entrechat-quatre*, на  $\frac{1}{4}$  каждый. Повторить с другой ноги. То же исполнить с *emboîtés en tournant* назад.

9. 4 такта по  $\frac{2}{4}$ .

С правой ноги по диагонали в точку 2 — семь *tours chaînés*, на  $\frac{1}{4}$  каждое; на  $\frac{1}{4}$  закончить их в V позицию, правая нога сзади.

10. 8 тактов по  $\frac{2}{4}$ .

Тридцать два *petits changements de pieds*, на  $\frac{1}{8}$  каждый.

## ВТОРОЙ ПРИМЕР ЭКЗЕРСИСА НА ПАЛЬЦАХ

1. 8 тактов по  $\frac{2}{4}$ .

V позиция, левая нога впереди. На  $\frac{2}{4}$  с правой ноги — *glissade* в сторону без перемены ног и *assemblé battu*, закончить в V позицию, правая нога впереди; два *sus-sous* вперед в маленькой позе *croisée*, на  $\frac{1}{4}$  каждое. Повторить с другой ноги и исполнить в обратном направлении.<sup>1</sup>

2. 8 тактов по  $\frac{4}{4}$ .

Двойной *rond de jambe en l'air en dehors* с V позиции, с правой и с левой ноги, на  $\frac{2}{4}$  каждый; с правой ноги — *grande sissonne ouverte* в III *arabesque*, *grande sissonne ouverte* в I *arabesque* в точку 2, на  $\frac{2}{4}$  каждый. Повторить с другой ноги и исполнить в обратном направлении.

3. 32 такта по  $\frac{3}{4}$  (*вальс*).

16 тактов: с правой ноги — *grande sissonne ouverte* в *attitude croisée*, *plié* (не опуская ноги) и *relevé* в III *arabesque*; закончить в V позицию. Исполнить три раза. С правой ноги — *grande*

---

<sup>1</sup> Рекомендуется простые *pas allegro* иногда соединять с простыми же *pas* на пальцах.

sissonne ouverte à la seconde (не опуская ноги), plié-releve в I arabesque; закончить в V позицию, правая нога впереди. 8 тактов: с правой ноги в точку 2 — четыре раза *tours glissades en tournant*, закончить в V позицию, правая нога сзади. 4 такта: с левой ноги по прямой линии влево — *pas de bourrée suivi*, левая рука в III позиции, правая на II; на последний такт — *plié* на левой ноге, правой *dégagé* в сторону на 45°, руки открыть на II позицию и повернуться в точку 8. 4 такта: два раза *tour en dehors* с *dégagé* (в левую сторону), закончить в IV позицию *croisée*, левая нога сзади, правая рука в III позиции, левая на II, голову повернуть направо.

4. 16 тактов по  $\frac{3}{4}$  (медленный вальс).

Движение по диагонали из точки 6 в точку 2. V позиция, левая нога впереди. 4 такта: шаг в сторону на правую ногу на пальцы в направлении точки 2, *plié* и с левой ноги — *grand fouetté effacée en dehors*, *pas de bourrée* с переменной ног *en dehors* в IV позицию *croisée* и *tour sur le cou-de-pied en dehors* в правую сторону. Следующие 8 тактов: повторить два раза предыдущую комбинацию, но последний раз исполнить два *tours sur le cou-de-pied en dehors*. 4 такта: за тактом с левой ноги — *glissade croisée* вперед (прыжковый), *jeté* на пальцы на левую ногу в *attitude croisée*, сохраняя позу, опуститься на *plié*; с правой ноги — *glissade croisée* назад (прыжковый), с шагом встать сверху на правую ногу на пальцы в точку 5 и сделать полтора *tour en dedans*, закончить в V позицию, левая нога впереди.

5. 16 тактов по  $\frac{3}{4}$  (медленный вальс).

Движение по диагонали из точки 6 в точку 2. V позиция, правая нога впереди. 4 такта: шаг в сторону на правую ногу на пальцы в направлении точки 2 и с левой ноги — *grand fouetté effacée en dedans*, *pas de bourrée* с переменной ног *en dedans* в IV позицию *croisée* и *tour sur le cou-de-pied en dedans* в правую сторону; закончить в V позицию, левая нога сзади. Следующие 8 тактов: повторить два раза предыдущую комбинацию, последний раз исполнить два *tours sur le cou-de-pied en dedans* и закончить *tours* в V позицию, левая нога впереди. 4 такта: шаг в сторону на пальцы на правую ногу в точку 2 и опуститься на *plié* в маленькую позу *effacée* вперед, левая нога носком в пол; подняться на пальцы, исполнив левой ногой два *battements battus* вперед, и опуститься на *plié* в позу *effacée* носком в пол; повторить *battu*, сделать широкое *tombé* вперед на левую ногу в точку 8 и два *tours sur le cou-de-pied en dedans*.

6. 8 тактов по  $\frac{2}{4}$ .

Из точки 6 в точку 2 — семь *tours chaînés*, на  $\frac{1}{4}$  каждое, закончить в V позицию, правая нога сзади; *dégagé* правой ногой в точку 2 и *pas de bourrée suivi* по диагонали вверх в точку 6.

7. 8 тактов по  $\frac{2}{4}$ .

а) Восемь tours en dehors с dégagé по диагонали, на  $\frac{2}{4}$  каждый.

б) Восемь tours en dedans с coupé (tours-piqué) по диагонали, на  $\frac{2}{4}$  каждый.

8. Музыкальный размер  $\frac{2}{4}$ .

Tours fouettés на  $45^\circ$  en dehors и en dedans.

## ТРЕТИЙ ПРИМЕР УРОКА

### Экзерсис у палки

1. 16 тактов по  $\frac{4}{4}$ .

Два grands pliés в I позиции и два ports de bras с перегибом корпуса, два grands pliés во II позиции и два relevés на полупальцы, два grands pliés в IV позиции и два ports de bras — первое с перегибом корпуса в сторону к палке, второе с перегибом от палки; два grands pliés в V позиции и два ports de bras с перегибом корпуса.

2. Battements tendus. 32 такта по  $\frac{2}{4}$ .

Семь battements tendus вперед, на  $\frac{1}{4}$  каждое (на седьмом — demi-plié), на  $\frac{1}{4}$  — полный поворот в V позиции на полупальцах к палке, закончить на plié; семь battements tendus назад (на седьмом — demi-plié), полный поворот в V позиции на полупальцах от палки, закончить на plié. По два battements tendus вперед, в сторону, назад и в сторону, на  $\frac{1}{4}$  каждое, повторить и на последнем battement опустить руку в подготовительное положение. Battements tendus jetés: семь вперед на  $\frac{1}{8}$  каждое, руку постепенно поднять в III позицию; семь в сторону, руку раскрыть на II позицию и опустить ее в подготовительное положение; семь назад, руку поднять в III позицию, и семь в сторону, руку открыть на II позицию. Battements tendus jetés в I позицию; семь и семь на  $\frac{1}{8}$  каждое, четыре раза по пять tendus jetés, на  $\frac{1}{16}$  каждое.

3. Ronds de jambe par terre, grands ronds de jambe jetés и grands battements jetés passés. 20 тактов по  $\frac{4}{4}$ .

На два вступительных аккорда — préparation en dehors. Четыре ronds de jambe par terre, на  $\frac{1}{4}$  каждый, семь — на  $\frac{1}{8}$  каждый; четыре grands ronds de jambe jetés, на  $\frac{1}{4}$  каждый (последний закончить вперед на  $90^\circ$ ) и на  $\frac{4}{4}$  исполнить port de bras с перегибом корпуса. Из положения, когда работающая нога находится впереди на  $90^\circ$ , повторить все en dedans (port de bras исполнить при положении ноги назад на  $90^\circ$ ). Четыре ronds de jambe par terre en dehors, на  $\frac{1}{4}$  каждый; семь — на  $\frac{1}{8}$  каждый; четыре grands battements jetés passés (вперед — назад), на  $\frac{2}{4}$  каждый. То же повторить en dedans. 2 такта — обвод на plié en dedans — en dehors; 2 такта — port de bras с растяжкой на plié и перегибом корпуса.

4. *Battements fondus* на 45°. 24 такта по  $\frac{2}{4}$ .

На  $\frac{2}{4}$  — *tour sur le cou-de-pied en dehors* с V позиции; на  $\frac{2}{4}$  с правой ноги — *fondu* вперед; на  $\frac{2}{4}$  — *tour sur le cou-de-pied en dedans* с V позиции на правой ноге в правую сторону и на  $\frac{2}{4}$  с левой ноги (перенеся ее путем *petit battement* назад) — *fondu* назад. С правой ноги — *double fondu* вперед и в сторону, на  $\frac{2}{4}$  каждое; на  $\frac{2}{4}$  — два *tours sur le cou-de-pied en dehors* со II позиции с 45° и на  $\frac{2}{4}$  — два быстрых *fondus* в сторону. Повторить все в обратном направлении. *Frappés*: в сторону семь и семь, на  $\frac{1}{8}$  каждое; *doubles frappés*: два на  $\frac{1}{4}$  каждое, три на  $\frac{1}{8}$  каждое, два на  $\frac{1}{4}$  каждое, два на  $\frac{1}{8}$  каждое и на  $\frac{1}{4}$  — быстрый полуповорот к палке с подменой ноги на полупальцах, в заключение открыть левую ногу в сторону на 45°.

5. *Ronds de jambe en l'air* и *petits battements sur le cou-de-pied*. 16 тактов по  $\frac{3}{4}$ .

Пять *ronds de jambe en l'air en dehors*, на  $\frac{1}{8}$  каждый, и на  $\frac{3}{8}$  — *flic-flac en tournant en dehors*, закончить в сторону на 45°; три *ronds de jambe en l'air en dehors*, на  $\frac{1}{8}$  каждый, два раза на  $\frac{2}{4}$  двойной *rond de jambe en l'air* (на форшлаг перед каждой четвертью). Двенадцать *battements battus* вперед в *épaulement croisé*, на  $\frac{1}{16}$  каждый, на  $\frac{1}{4}$  — *tombé* на *plié* на правую ногу, левую вытянуть *croisée* сзади носком в пол (поза маленький *arabesque* по диагонали от палки). За тактом — *soeur* левой ногой на полупальцы, правую открыть в сторону на 45°, и шесть *petits battements*, на  $\frac{1}{8}$  каждый; в заключение открыть работающую ногу в сторону на 45°. Повторить все в обратном направлении и закончить *petits battements* быстрым *développé* в позу II *arabesque* на 90°.

6. *Battements développés*. 8 тактов по  $\frac{4}{4}$ .

Первый такт: на первую и вторую четверти — *développé* вперед на полупальцах и *demi-rond* в сторону; перед третьей четвертью — быстрое *balancé* — *demi-rond* (*d'ici — de là*) вперед и в сторону, на четвертую четверть положение сохраняется. Второй такт: *passé* на 90° в *attitude effacée*, закончить в V позицию. Третий такт: *développé* назад на полупальцах, *demi-rond* в сторону и быстрое *balancé* — *demi-rond* (*d'ici — de là*) назад и в сторону. Четвертый такт: *passé* на 90° в позу *éffacée* вперед, закончить в V позицию. Пятый такт: *développé* на полупальцах в сторону, *demi-rond* вперед и быстрое *balancé* — *demi-rond* (*d'ici — de là*) в сторону и вперед. Шестой такт: *passé* на 90° в позу *écartée* назад, закончить в V позицию. Седьмой такт: *développé* на полупальцах в сторону, *demi-rond* назад и быстрое *balancé* — *demi-rond* (*d'ici — de là*) в сторону и назад. Восьмой такт: *passé* на 90° в позу *écartée* вперед и на последние две четверти — широкое *tombé* на *plié* на работающую ногу с полуповоротом к палке, в заключение — *développé* левой ногой вперед на 90°, опорная на *plié*.

7. *Grands battements jetés*. 8 тактов по  $\frac{2}{4}$ .



Два *grands battements* вперед, на  $\frac{1}{4}$  каждый; на  $\frac{1}{4}$  — *grand battement* вперед с быстрым *demi-rond* в сторону; на  $\frac{1}{4}$  — *battement tendu* в сторону. Два *grands battements* в сторону на  $\frac{1}{4}$  каждый; на  $\frac{1}{4}$  — *grand battement* в сторону, с быстрым *demi-rond* назад; на  $\frac{1}{4}$  — *battement tendu* назад. То же исполнить в обратном направлении.

### Экзерсис на середине зала

#### 1. *Маленькое adagio и battements tendus. 4 такта по $\frac{4}{4}$ .*

Первый такт: *grand plié* в I позиции, с глубокого *plié* — *tour sur le cou-de-pied en dehors* на левой ноге, закончить позой *écartée* назад на  $90^\circ$ . Второй такт: половина *tour lent en dehors* в позе *écartée* и *tombé* на *plié* на правую ногу в позу III *arabesque* на  $90^\circ$  в точку 8. Третий такт: за тактом, на одну восьмую — *relevé* на полупальцы в *attitude croisée* и *grand port de bras* с окончанием в IV позицию — *grande préparation* для *tour en dehors*. Четвертый такт: *tour à la seconde en dehors*.

*Battements tendus* и *tours*: 8 тактов по  $\frac{4}{4}$ . С правой ноги восемь *battements tendus doubles* (с опусканием пятки во II позицию), на  $\frac{2}{4}$  каждое; *battements tendus jetés* шестнадцать *en tournant en dedans*, на  $\frac{1}{8}$  каждое; 2 такта: с левой ноги со II позиции — *tour sur le cou-de-pied en dehors*, один и два.<sup>1</sup>

#### 2. *Battements développés ballottés и grand fouetté effacée. 8 тактов по $\frac{4}{4}$ .*

На  $\frac{4}{4}$  — *développé ballotté* на *effacée*, с правой ноги — вперед, с левой — назад; на  $\frac{2}{4}$  непосредственно из V позиции — полупальцы, с правой ноги сделать *grand fouetté effacée en dehors* и на  $\frac{2}{4}$  провести работающую ногу в сторону на  $90^\circ$ , одновременно подняться на опорной ноге на полупальцы. Закончить в V позицию, правая нога впереди. На  $\frac{4}{4}$  — *développé ballotté* на *effacée*, с левой ноги — назад, с правой — вперед; на  $\frac{2}{4}$  из V позиции — полупальцы, исполнить с левой ноги *grand fouetté effacée en dedans*; на  $\frac{2}{4}$  провести работающую ногу в сторону на  $90^\circ$ , одновременно подняться на опорной ноге на полупальцы. На последнюю четверть — *coupé* левой ногой на полупальцы, правую открыть в сторону на  $45^\circ$ . *Farrés*: в сторону семь *en tournant en dehors*, на  $\frac{1}{8}$  каждое; повернуться до

<sup>1</sup> В старших классах *préparation* и *tours* со II позиции могут распределяться следующим образом. Первый такт: за тактом — *demi-plié* и *relevé* в V позиции на полупальцы, руки в I позиции. На первую четверть работающая нога открывается в сторону на  $45^\circ$ , руки раскрываются на II позицию; на вторую четверть — *demi-plié* во II позиции, руки на I и II позициях; на третью и четвертую четверти исполняется *tour* с остановкой *sur le cou-de-pied*. Второй такт: на первую четверть из положения *sur le cou-de-pied* работающая нога открывается в сторону на  $45^\circ$ , руки раскрываются на II позицию; на вторую четверть — *demi-plié* во II позиции, руки в I и II позициях; на третью четверть исполняется два *tours*; на четвертую четверть остановка в V позиции на *demi-plié*.

точки 5 (полповорота); четыре doubles frappés, на  $\frac{1}{4}$  каждое, закончив вторую половину поворота en dehors; на  $\frac{4}{4}$  — два doubles fondus в сторону на  $45^\circ$ ; на  $\frac{4}{4}$  — tombé на правую ногу и два tours sur le cou-de-pied en dedans, закончить в позе croisée вперед на  $90^\circ$ .

3. *Ronds de jambe en l'air u battements battus. 8 тактов по  $\frac{4}{4}$ .*

Préparation на правой ноге, левая вытянута croisée назад носком в пол. За тактом — dégagé левой ногой в сторону на  $45^\circ$  и plié на правой ноге; на  $\frac{2}{4}$  — pas de bourrée dessus-dessous en tournant, закончить в V позицию; на  $\frac{2}{4}$  — два tours sur le cou-de-pied en dehors на левой ноге, в заключение открыть правую ногу в сторону на  $45^\circ$ . Четыре ronds de jambe en l'air en tournant en dehors, на  $\frac{1}{4}$  каждый (половина поворота до точки 5); три и три ronds de jambe en l'air, на  $\frac{1}{8}$  каждый (вторая половина поворота); пять ronds de jambe en l'air en dehors en face, на  $\frac{1}{8}$  каждый; пятый rond de jambe закончить на plié в позе, effacée вперед на  $45^\circ$ ; на  $\frac{1}{4}$  — pas souli вперед в точку 2 (четыре шага), закончить в маленькую позу effacée вперед на plié, правая нога носком в пол. С правой ноги — двенадцать battements battus вперед в épaulement effacé на  $\frac{1}{16}$  каждый; на  $\frac{1}{4}$  опуститься на plié в позу effacée вперед носком в пол. Повторить battements battus и позу effacée. Восемь battements battus вперед в épaulement effacé, на  $\frac{1}{16}$  каждый; на  $\frac{2}{4}$  перенести работающую ногу в маленькую позу effacée назад на  $45^\circ$ , опуститься на plié на опорной ноге и сделать pas de bourrée с переменной ног en dehors, закончить его в IV позицию — grande préparation для tour en dehors; на  $\frac{4}{4}$  — tour en dehors в позе attitude croisée, руки поднять в III позицию. То же исполнить en dedans с tour в позе croisée вперед, в заключение поднять руку, соответствующую опорной ноге, в III позицию, другую руку в I позицию.

4. *Grands battements jetés. 4 такта по  $\frac{4}{4}$ .*

Исходное положение — V позиция, правая нога впереди. На первую четверть с правой ноги — grand battement croisée вперед. Корпус откинуть назад, левая рука на I позиции, правая на II, голову повернуть направо. На вторую четверть опустить работающую ногу в I позицию, сохраняя épaulement croisé, руки оставить в предыдущем положении. На третью четверть — grand battement в I arabesque. На четвертую четверть опустить работающую ногу в I позицию épaulement croisé. Исполнить таким образом шесть grands battements, последний battement (в I arabesque) закончить в V позицию épaulement croisé, правая нога сзади. На  $\frac{2}{4}$  с левой ноги — préparation с V позиции в IV для tours sur le cou-de-pied en dehors; на  $\frac{2}{4}$  — два tours en dehors.

5. *Большое adagio. 12 тактов по  $\frac{4}{4}$  или 48 тактов по  $\frac{3}{4}$  (вальс).*

Первый такт: *grand plié* в V позиции (правая нога впереди); с глубокого *plié* — *tour en dedans sur le cou-de-pied*, закончить в позу I *arabesque* в точку 3. Второй такт: *tour lent en dedans* в позе *arabesque*. Третий и четвертый такты: равномерный наклон вниз и подъем корпуса в позе *arabesque*. Пятый такт: *relevé* в *arabesque* на полупальцы, на последнюю четверть такта — *passé* по I позиции вперед в IV позицию — *grande préparation* для *tour en dedans*. Шестой такт: *tour en dedans* в I *arabesque* на левой ноге. Седьмой такт: *passé* на 90° с полуповоротом *en dehors* в точку 4 в позу *effacée* вперед, полупальцы, *tombé* и *pas chassé* вперед, закончить позой II *arabesque* на 90°, *plié* на правой ноге. Восьмой такт: *passé* на 90° с полуповоротом *en dehors* в точку 8 в позу *effacée* вперед, полупальцы, *tombé* и *pas chassé* вперед, закончить в точку 8 в IV позицию *effacée* — *grande préparation* для *tours en dedans*. Девятый такт: два *tours tirbouchon en dedans*, руки поднять в III позицию. Десятый такт: из положения *tirbouchon — tombé* на *plié* на правую ногу, левую поднять *croisée* назад на 90°, корпус наклонить вниз, руки опустить в I позицию и, вытягиваясь на опорной ноге, сделать поворот *en dehors* в позу *écartée* вперед; в заключение поворота левое плечо направлено в точку 2, правое в точку 6. Одиннадцатый такт: *tombé* в точку 2 на левую ногу на *plié* в позу IV *arabesque*, вытянуться и сделать *demi-rond* в сторону, подняться на полупальцы и закончить в V позицию, правая нога впереди. Двенадцатый такт: с правой ноги — *pas de basque* вперед с окончанием в IV позицию — *préparation* для *tours sur le cou-de-pied en dehors* — и два *tours en dehors* с остановкой в позе *attitude croisée*, руки поднять в III позицию.

### *Allegro*

#### *1. 16 тактов по 2/4.*

Два *sissonnes fermées* в сторону, с правой и с левой ноги, с переменной ног назад, на  $\frac{1}{4}$  каждый; на  $\frac{2}{4}$  с правой ноги — *gargouillade en dehors*; на  $\frac{2}{4}$  с левой ноги — двойной *rond de jambe en l'air sauté en dehors*, закончить *assemblé*; на  $\frac{2}{4}$  — такой же *rond de jambe* и *assemblé* с правой ноги. Повторить комбинацию с другой ноги и исполнить в обратном направлении.

#### *2. 8 тактов по 4/4.*

V позиция, левая нога впереди. С правой ноги — *jeté* в сторону, в заключение левая нога *sur le cou-de-pied* сзади, *temps levé*, *temps levé en tournant en dehors* (во время прыжка левую ногу перевести *sur le cou-de-pied* вперед), *assemblé croisée* вперед. Все повторить еще два раза. С правой ноги — *glissade* в сторону без перемены ног, *jeté* в сторону, в заключение левая нога *sur le cou-de-pied* сзади, *assemblé croisée* назад, *entrechat-*

quatre. Повторить все с другой ноги. Каждый прыжок исполняется на  $\frac{1}{4}$ .

### 3. 4 такта по $\frac{4}{4}$ .

По прямой линии из точки 7 в точку 3 (начать с правой ноги)—четыре *jetés en tournant* с продвижением в сторону на  $\frac{1}{2}$  tour, на  $\frac{1}{4}$  каждое; четыре *emboîtés en tournant* вперед с продвижением в сторону на  $\frac{1}{2}$  tour, на  $\frac{1}{4}$  каждое; на  $\frac{4}{4}$  — *sissonne tombée* вперед в точку 2 на правую ногу, два *cabrioles* на  $45^\circ$  в маленькой позе II *arabesque*, закончить *assemblé* в V позицию, левая нога впереди; на  $\frac{4}{4}$  — *sissonne tombée croisée* назад на левую ногу (перенеся ее назад), два *cabrioles* на  $45^\circ$  в маленькой позе *croisée* вперед, *assemblé*. То же повторить в обратном направлении.

Первое *jetés en tournant* исполнить с поворотом *en dehors*, второе — *en dedans* и т. д., *emboîtés en tournant* сделать назад.

### 4. 8 тактов по $\frac{2}{4}$ .

На  $\frac{2}{4}$  — *grand échappé* во II позицию с переменной ног, на  $\frac{2}{4}$  — *soubresaut* с перегибом корпуса. Исполнить четыре раза с правой и с левой ноги по очереди.

### 5. 16 тактов по $\frac{3}{4}$ (вальс).

Движение по диагонали из точки 6 в точку 2. V позиция, правая нога впереди. Проходящее трамплинное *pas failli* в позе II *arabesque* и *grand assemblé* в позе *écartée* вперед; правая рука в III позиции, левая на II *allongé*. Исполнить четыре раза. По диагонали из точки 2 в точку 6 с левой ноги — *glissade* без перемены ног (в положении *écartée*) и *grande sissonne ouverte* в I *arabesque*, корпус повернуть в точку 2. Исполнить три раза, последний *sissonne* закончить *assemblé* в V позицию, левая нога впереди, и *grand changement de pieds*, руки поднять в III позицию.<sup>1</sup>

### 6. 16 тактов по $\frac{3}{4}$ (вальс).

Движение по диагонали из точки 2 в точку 6. V позиция, левая нога впереди. Шаг-*soupiré* на левую ногу в направлении точки 6 и *grand assemblé en tournant*; руки поднять в III позицию; закончить в V позицию, правая нога впереди. Шаг в точку 2 на правую ногу в позу II *arabesque*, левая нога носком в пол. Из положения II *arabesque* — шаг-*soupiré* на левую ногу в направлении точки 6 и *grand assemblé en tournant*; шаг в точку 2 на правую ногу в позу II *arabesque* и повторить *grand assemblé en tournant*. Два *grands changements de pieds*, руки опустить из III позиции в подготовительное положение.<sup>2</sup> С правой ноги в точку 2 — *sissonne tombée* в широкую IV позицию *effacée*, *soupiré* левой ногой сзади правой, *grand jeté* на правую ногу в *attitude effacée*, проходящее трамплинное *pas*

<sup>1</sup> Для мужского класса *grand changement de pieds* заменить *entrechat-six*

<sup>2</sup> Для мужского класса два *entrechat-six*.

failli в позе II arabesque и grand assemblé battu в сторону, поднять левую руку в III позицию, правую в I.

7. 16 тактов по  $\frac{3}{4}$  (вальс).

Préparation на левой ноге, правая вытянута croisée вперед носком в пол. 4 такта: шаг effacée назад на plié на правую ногу и jeté passé вперед на  $90^\circ$ ,<sup>1</sup> левая рука поднимается в III позицию, правая на II; pas couru назад (начать с правой ноги, сделать четыре шага) в направлении точки 4, шаг effacée назад на plié и jeté passé вперед на  $90^\circ$ ; правая рука на III позиции, левая на II. 4 такта: отбежать назад (оставаясь лицом к зрителю) к точке 6 и встать в V позицию, правая нога вперед. 8 тактов: маленькое sissonne tombée с правой ноги вперед в точку 2 в IV позицию effacée и jeté passé назад на  $90^\circ$ ; правая рука в III позиции, левая на II allongé; pas couru вперед (четыре шага) в направлении точки 2 и jeté passé назад на  $90^\circ$ . Повторить pas couru и jeté passé. С правой ноги — glissade вперед в точку 2 и grand pas de chat вперед; левая рука в III позиции, правая в I. Остановка на левой ноге, правая вытянута croisée назад носком в пол.<sup>2</sup>

8. 16 тактов по  $\frac{2}{4}$ .

V позиция, левая нога впереди. Начать с правой ноги и исполнить четыре раза brisé dessus-dessous, на  $\frac{2}{4}$  каждое; с правой ноги — два brisés вперед, на  $\frac{1}{4}$  каждое; три brisés, на  $\frac{1}{8}$  каждое; с левой ноги — два brisés назад, на  $\frac{1}{4}$  каждое; два — на  $\frac{1}{8}$  каждое и на  $\frac{1}{8}$  — royale. Повторить все с другой ноги.

9. Tours sissonne tombée. Музыкальный размер  $\frac{2}{4}$ .

Исполняются по прямой линии в точку 1 и по диагонали, от четырех до восьми tours. Разучиваются на  $\frac{2}{4}$  каждый tour, по мере усвоения — на  $\frac{1}{4}$ .

10. 4 такта по  $\frac{2}{4}$ .

Шестнадцать petits changements de pieds, на  $\frac{1}{8}$  каждый.

### ТРЕТИЙ ПРИМЕР ЭКЗЕРСИСА НА ПАЛЬЦАХ

1. 8 тактов по  $\frac{4}{4}$ .

Четыре écharpés во II позицию (начать с правой ноги) с переменной ног, на  $\frac{1}{4}$  каждое; на  $\frac{4}{4}$  — écharpé во II позицию с правой ноги с окончанием на одну ногу, другая sur le sou-de-pied сзади, и два pliés-relevés, закончить в V позицию. На  $\frac{4}{4}$  — écharpé с левой ноги с окончанием на одну ногу и два pliés-

<sup>1</sup> Jeté passé вперед делается без продвижения с прыжком только вверх, с выбрасыванием ног вперед; jeté passé назад — с выбрасыванием ног назад и с пролетом во время прыжка вперед

<sup>2</sup> Все pas couru исполняются за тактом.

relevés, закончить в V позицию. Три sauté в V позиции на пальцах, на  $\frac{1}{8}$  каждое, на третьем опуститься на demi-plié; на  $\frac{2}{4}$  — поворот в V позиции на пальцах в левую сторону, закончить в V позиции на demi-plié. Повторить все с другой ноги.

#### 2. 8 тактов по $\frac{4}{4}$ .

Четыре sissonnes simples с переменной ног назад, с правой и с левой ноги по очереди, на  $\frac{1}{4}$  каждый; на  $\frac{4}{4}$  — préparation с V позиции в V и tour sur le cou-de-pied en dehors, с правой и с левой ноги по очереди. Повторить сначала и исполнить в обратном направлении.

#### 3. 16 тактов по $\frac{3}{4}$ (вальс).

Préparation на правой ноге, левая вытянута croisée вперед носком в пол. На один такт — grande sissonne ouverte на правую ногу в I arabesque по прямой линии в точку 3, при этом проскользнуть за носком правой ноги по полу с сильным продвижением вперед. На один такт, поставив левую ногу в V позицию впереди, сделать sissonne simple на правой ноге (левая sur le cou-de-pied впереди) в épaulement effacé, руки в скрещенном положении соединить в невысокой I позиции. Из предыдущего положения исполнить такой же grande sissonne ouverte в I arabesque на левую ногу по прямой линии в точку 7 и sissonne simple на левой ноге в épaulement effacé. Комбинацию сделать шесть раз, но шестой раз, вместо sissonne simple, встать в V позицию на пальцы, правая нога впереди, и на последнюю четверть исполнить шаг вперед на правую ногу на plié в точку 2, левой ногой dégagé в сторону на  $45^\circ$ . На левой ноге исполнить три раза tour en dehors с dégagé на один такт каждый, закончить в V позицию, правая нога сзади; на один такт — grande sissonne ouverte на правую ногу, левая полусогнута croisée впереди, правая рука в III позиции, левая на II.

#### 4. 16 тактов по $\frac{2}{4}$ (пиццикато).

Préparation на левой ноге, правая вытянута croisée вперед носком в пол. За тактом — demi-plié; на  $\frac{2}{4}$  исполнить grand fouetté en face, встав сверху на правую ногу на пальцы (шаг-соурé), закончить позой attitude effacée; на  $\frac{2}{4}$  — соурé на plié на левую ногу (поставить ее сзади правой), правую согнуть sur le cou-de-pied впереди (вся фигура в épaulement effacé) и одно emboîté вперед на правую ногу (с продвижением по диагонали вперед). На  $\frac{2}{4}$  — шаг на левую ногу и второе grand fouetté в позу attitude effacée; на  $\frac{2}{4}$  — соурé и одно emboîté. Так же исполнить два раза grand fouetté в позу I arabesque, затем три jetés fondus вперед по диагонали в точку 8, на  $\frac{2}{4}$  каждое (с правой, с левой и с правой ноги); встать на пальцы на левую ногу в I arabesque на  $90^\circ$ ; опуститься на demi-plié и, сохраняя позу, сделать три раза plié-relevé, на  $\frac{2}{4}$  каждое, продвигаясь по диагонали назад в направлении точки 4, на четвертом relevé длительно зафиксировать позу arabesque на пальцах.

#### 5. 8 тактов по $\frac{2}{4}$ .

Préparation с V позиции в V и семь tours sur le cou-de-pied en dehors с V позиции с продвижением вперед по диагонали, на  $\frac{2}{4}$  каждый tour.

6. *Тренировка tours chaînés u tours fouettés.*

## ЧЕТВЕРТЫЙ ПРИМЕР УРОКА

### Экзерсис у палки

1. 16 тактов по  $\frac{4}{4}$ .

Два demi-pliés, два grands pliés в I позиции, на  $\frac{4}{4}$  каждое; два grands pliés в II позиции, на  $\frac{4}{4}$  каждое; на  $\frac{4}{4}$  перегиб корпуса в сторону к палке; на  $\frac{4}{4}$  перегиб в сторону от палки. Два demi-pliés, два grands pliés, в IV позиции, на  $\frac{4}{4}$  каждое; два grands pliés в V позиции и два port de bras с перегибом корпуса (назад), на  $\frac{4}{4}$  каждое.

2. *Battements tendus. 32 такта по  $\frac{2}{4}$ .*

Восемь battements tendus вперед, на  $\frac{1}{4}$  каждое; пять battements tendus в сторону, на  $\frac{1}{4}$  каждое; на пятом — demi-plié и на  $\frac{1}{4}$  — полный поворот в V позиции на полупальцах к палке; на  $\frac{2}{4}$  — одно tendu в сторону на demi-plié и полный поворот на полупальцах к палке. Повторить в обратном направлении, начав правой ногой назад. Battements tendus jetés: вперед семь, на  $\frac{1}{8}$  каждое; в сторону пять, на  $\frac{1}{8}$  каждое; на  $\frac{3}{8}$  — flic-flac en tournant en dehors, закончить в маленькой позе écartée назад. Семь и семь battements tendus jetés в маленькой позе écartée назад, на  $\frac{1}{8}$  каждое. Повторить battements tendus jetés в обратном направлении.

3. *Ronds de jambe par terre u grands ronds de jambe jeté. 12 тактов по  $\frac{4}{4}$ .*

На два вступительных аккорда — préparation en dehors. Три ronds de jambe par terre и один grand rond de jambe jeté, на  $\frac{1}{4}$  каждый; исполнить три раза. Семь ronds de jambe par terre en dehors, на  $\frac{1}{8}$  каждый. Все повторить en dedans. 2 такта — обвод на plié en dedans — en dehors и relevé назад на  $90^\circ$  на полупальцах. 2 такта — plié-relevé с полуповоротом от палки и port de bras с перегибом корпуса, нога впереди на  $90^\circ$ .

4. *Battements fondus на  $45^\circ$ . 16 тактов по  $\frac{2}{4}$ .*

На  $\frac{2}{4}$  — double fondu вперед; на  $\frac{2}{4}$  — plié-relevé с полным rond en dehors назад; на  $\frac{2}{4}$  — tour sur le cou-de-pied en dedans (из положения, когда работающая нога находится сзади на  $45^\circ$ ) и на  $\frac{2}{4}$  — fondu в сторону. По одному fondu вперед, в сторону, назад и в сторону, на  $\frac{1}{4}$  каждое. Frappés: в сторону три, doubles frappés три, на  $\frac{1}{8}$  каждое. Повторить все в обратном направлении, tour en dehors исполнить из положения, когда работающая нога вытянута вперед на  $45^\circ$ .

5. *Ronds de jambe en l'air. 8 тактов по  $\frac{4}{4}$ .*

Два ronds de jambe en l'air en dehors, на  $\frac{1}{4}$  каждый; три — на  $\frac{1}{8}$  каждый. На  $\frac{2}{4}$  — полуповорот на полупальцах к палке с подменной ноги, в заключение открыть левую ногу в сторону на  $45^\circ$  и сделать полуповорот с подменной ноги снова в сторону палки, в заключение открыть правую ногу в сторону на  $45^\circ$  и исполнить три ronds de jambe en l'air en dehors, на  $\frac{1}{8}$  каждый. Пять и пять ronds de jambe en l'air en dehors, на  $\frac{1}{16}$  каждый; на  $\frac{2}{4}$  — développé в сторону на полупальцах и на  $\frac{2}{4}$  — flic-flac en tournant en dehors, закончить в сторону на  $90^\circ$ . На последнюю восьмую опустить работающую ногу на  $45^\circ$ , затем повторить все en dedans.

6. *Petits battements sur le cou-de-pied. 16 тактов по  $\frac{2}{4}$ .*

Четырнадцать petits battements, на  $\frac{1}{8}$  каждый; на  $\frac{1}{4}$  опуститься с полупальцев на всю ступню, работающую ногу открыть в сторону, носком в пол. Все повторить. Двадцать четыре petits battements, на  $\frac{1}{16}$  каждый; на  $\frac{2}{4}$  опуститься с полупальцев на всю ступню, работающую ногу открыть в сторону, носком в пол. Повторить двадцать четыре petits battements.

7. *Battements développés. 8 тактов по  $\frac{4}{4}$ .*

Первый и второй такты: développé вперед на полупальцах, plié-relevé с полуповоротом к палке, plié-relevé с полуповоротом снова в сторону палки, закончить в V позицию. Третий такт: développé tombé в позе effacée вперед, закончить на последнюю четверть такта développé effacée вперед. Четвертый такт: из позы effacée — demi-rond в позу écartée назад, flic-flac en tournant en dehors, закончить в écartée назад на  $90^\circ$  и опустить работающую ногу в V позицию. Следующие четыре такта повторить все в обратном направлении.

8. *Grand battements jetés. 16 тактов по  $\frac{2}{4}$ .*

По два grands battements вперед, в сторону, назад и в сторону, на  $\frac{1}{4}$  каждый; четыре grands battements jetés passés en dehors (вперед — назад), на  $\frac{2}{4}$  каждый. Повторить все в обратном направлении.

### Экзерсис на середине зала

1. *Маленькое adagio и battements tendus. 4 такта по  $\frac{4}{4}$ .*

Первый такт: grand plié в I позиции, с глубокого plié — tour à la seconde en dehors на левой ноге. Второй такт: grand plié во II позиции, с глубокого plié — tour en dehors в позе attitude croisée на левой ноге. Третий такт: из позы attitude — поворот en dehors с passé на  $90^\circ$ , в заключение — développé в сторону. Четвертый такт: plié на опорной ноге, встать сверху на полупальцы на правую ногу и исполнить tour à la seconde en dedans, закончить в V позицию, левая нога вперед.

Battements tendus — 8 тактов по  $\frac{4}{4}$ . С левой ноги — шесть battements tendus в большой позе croisée вперед, на  $\frac{1}{4}$  каждое; три battements tendus jetés, на  $\frac{1}{8}$  каждое; с правой ноги —



шесть battements tendus в сторону, на  $\frac{1}{4}$  каждое, три battements tendus jetés, на  $\frac{1}{8}$  каждое. С левой ноги — шесть battements tendus в большой позе croisée назад, на  $\frac{1}{4}$  каждое; три battements tendus jetés, на  $\frac{1}{8}$  каждое; с правой ноги — четыре battements tendus в сторону, на  $\frac{1}{4}$  каждое; пять battements tendus jetés, на  $\frac{1}{8}$  каждое; на  $\frac{3}{8}$  — flic-flac en tournant en dehors, закончить в IV позицию croisée, в préparation для tours sur le cou-de-pied en dedans. Один такт: tour en dedans, закончить в IV позицию, левая нога сзади; один такт: два tours en dedans, закончить в IV позицию, левая нога впереди, и два tours sur le cou-de-pied en dehors.

2. *Battements fondus на 45°. 8 тактов по  $\frac{4}{4}$ .*

На  $\frac{2}{4}$  — два tours sur le cou-de-pied en dehors с V позиции на левой ноге; на  $\frac{2}{4}$  — fondu с правой ноги в маленькой позе croisée вперед; на  $\frac{2}{4}$  — два tours sur le cou-de-pied en dedans с V позиции на правой ноге; на  $\frac{2}{4}$  перенести левую ногу путем petit battement назад и сделать fondu в маленькой позе croisée назад; с правой ноги — два fondus в сторону, на  $\frac{2}{4}$  каждое; на  $\frac{4}{4}$  — plié и с 45° — два tours sur le cou-de-pied en dehors, в заключение открыть работающую ногу в сторону на 45°. Frappés: в сторону семь, на  $\frac{1}{8}$  каждое; double frappé — четыре, на  $\frac{1}{4}$  каждое. На  $\frac{2}{4}$  с правой ноги — fondu вперед; на  $\frac{2}{4}$  с левой ноги — fondu назад; на  $\frac{4}{4}$  с правой ноги — fondu в сторону на 90°. plié и relevé с demi-rond в позу attitude croisée. Повторить все в обратном направлении.

3. *Petits battements sur le cou-de-pied. 8 тактов по  $\frac{2}{4}$ .*

Четырнадцать petits battements en tournant en dehors, на  $\frac{1}{8}$  каждый; руки постепенно поднять со II позиции: левую в III, правую в I. Поворот закончить в точку 2 и на  $\frac{1}{4}$  сделать tombé вперед на plié на правую ногу, левой dégagé в сторону на 45°; два раза tour en dehors с dégagé в направлении точки 2, на  $\frac{2}{4}$  каждый; второй tour закончить на plié на опорной левой ноге и сделать на правой, с шагом вперед, один и два tours en dedans с coupé, на  $\frac{2}{4}$  каждый. Исполняя два tours, поднять левую руку в III позицию, правую в I.

4. *Grands battements jetés balancés. 8 тактов по  $\frac{4}{4}$ .*

Три grands battements jetés balancés во II позицию, с правой, с левой и с правой ноги, на  $\frac{1}{4}$  каждый; третий battement сделать с задержкой на 90° на протяжении одной четверти. Исполнить четыре раза по три grands battements с переменной ног назад, и четыре раза с переменной ног вперед.

5. *Большое adagio. 12 тактов по  $\frac{4}{4}$ .*

Первый такт: grand plié в V позиции (правая нога впереди); с глубокого plié — два tours sur le cou-de-pied en dehors на левой ноге. Второй такт: с правой ноги — développé à la seconde и passé по I позиции в III arabesque на demi-plié. Третий такт: tour lent en dehors в позе arabesque. Четвертый такт: из позы arabesque — passé на 90° на полупальцах в позу effacée

вперед, широкое tombé на правую ногу на plié в позу effacée назад на 90° allongé, на последнюю четверть такта — pas de bougée с переменной ног en dehors, закончить в IV позицию — grande préparation для tour en dedans. Пятый такт: tour en dedans в attitude. Шестой такт: из позы attitude — grand rond de jambe en dedans на полупальцах в позу croisée вперед. Седьмой такт: широкое tombé на правую ногу на plié и на первые две четверти такта сделать первую половину grand port de bras (растяжку на plié), на вторые две четверти — быстрый переход назад на левую ногу в I arabesque на 90°. Восьмой такт: шаг-coupé вперед на правую ногу и grand fouetté à la seconde — I arabesque, шаг-coupé вперед на левую ногу и второе grand fouetté à la seconde — I arabesque. Девятый такт: из позы arabesque — passé на 90° на croisée вперед на plié (руки в I позиции) и шаг на правую ногу в IV arabesque на 90°. Десятый такт: tour lent en dehors в позе IV arabesque. Одиннадцатый такт: plié в arabesque, шаг назад на левую ногу и полуповорот в V позиции на полупальцах (в левую сторону), остановиться спиной к зрителю в V позиции, левая нога впереди; левая рука в III позиции, правая на II, голову повернуть налево; plié и pas failli с поворотом в зеркало. Двенадцатый такт: шаг на правую ногу на полупальцы в точку 2, два tours sur le cou-de-pied en dedans, закончить в V позицию. левая нога впереди, и soubresaut.

### *Allegro*

#### 1. 16 тактов по $\frac{2}{4}$ .

Три sissonnes fermées в сторону, с правой, с левой и с правой ноги с переменной ног назад, на  $\frac{1}{8}$  каждый; два entrechat-quatre, на  $\frac{1}{4}$  каждый; два gargouillades en dehors, на  $\frac{2}{4}$  каждый. Повторить с другой ногой и исполнить в обратном направлении.

#### 2. 8 тактов по $\frac{4}{4}$ .

С правой ноги — два ballonnés в позе effacée вперед, на  $\frac{1}{4}$  каждое; два — на  $\frac{1}{8}$  каждое; на  $\frac{1}{4}$  — assemblé в сторону, на  $\frac{1}{4}$  с левой ноги — sissonne ouverte на 45° в маленькой позе croisée вперед; два cabrioles на 45°, на  $\frac{1}{4}$  каждый; на  $\frac{1}{4}$  — assemblé. Повторить с другой ноги и исполнить в обратном направлении.

#### 3. 16 тактов по $\frac{3}{4}$ (вальс). Темп умеренный.

8 тактов: ballotté вперед — assemblé, ballotté назад — assemblé. Повторить. 8 тактов: четыре ballottés вперед — назад, вперед — назад (без assemblé), pas failli (из положения последнего ballotté) и два soubresaut.

#### 4. 8 тактов по $\frac{2}{4}$ .

С правой ноги — grand échappé во II позицию без перемены ног, grand échappé en tournant без перемены ног (полный

поворот), на  $\frac{2}{4}$  каждое. Два *grands changements de pieds*, на  $\frac{1}{4}$  каждый; на  $\frac{2}{4}$  — *relevé* в V позиции на полупальцы и *entrechat-six*.<sup>1</sup> На  $\frac{2}{4}$  с левой ноги — *sissonne ouverte* в сторону на  $45^\circ$  и *pas sougu* в V позиции, левая нога сзади (пять шагов), с продвижением по прямой линии направо; закончить в V позицию на *demi-plié*; на  $\frac{2}{4}$  с правой ноги — *sissonne ouverte* в сторону на  $45^\circ$  и *pas sougu* в V позиции, правая нога сзади, с продвижением по прямой линии налево; на  $\frac{2}{4}$  повторить *sissonne ouverte* и *pas sougu* с левой ноги; на  $\frac{2}{4}$  с правой ноги — *glissade* в сторону без перемены ног (правая нога впереди) и *grand assemblé* в сторону, поставив правую ногу назад. Руки поднять в III позицию.

5. 16 тактов по  $\frac{3}{4}$  (вальс).

По диагонали из точки 6 в точку 2 — *pas sougu* (два шага, третий шаг-*soupiré*) и *grand jeté* в *attitude croisée*; исполнить три раза.<sup>2</sup> Третье *grand jeté* закончить *assemblé, royale*. Сценический *sissonne* в I *arabesque* на правую ногу с полуповоротом направо, сценический бег в точку 4, затем встать в *préparation* для исполнения *grands jetés* по другой диагонали.

6. 16 тактов по  $\frac{3}{4}$  (вальс).

По диагонали из точки 6 в точку 2 — *glissade* вперед без перемены ног (левая нога впереди), *grand jeté* в I *arabesque* на правую ногу, *assemblé*, закончить в V позицию, левая нога впереди, *entrechat-quatze*. Исполнить три раза. По прямой линии налево: с левой ноги — большой *sissonne tombée* в сторону, *pas de bourrée* с переменной ног, *glissade* в сторону без перемены ног и *grand jeté* в *attitude effacée*. Остановиться в позе *attitude* на *plié*.

7. 4 такта по  $\frac{4}{4}$ .

Движение по диагонали из точки 6 в точку 2. *Préparation* на правой ноге, левая вытянута *croisée* вперед носком в пол. На  $\frac{2}{4}$  — шаг-*soupiré* на левую ногу и *grand cabriole* в позе *effacée* вперед; на  $\frac{2}{4}$  — *assemblé* в V позицию, правая нога сзади, и *entrechat-quatze*; на  $\frac{2}{4}$  — *glissade* вперед, в точку 2, *grand cabriole* в позе *effacée* вперед; на  $\frac{2}{4}$  — *assemblé, entrechat-quatze*. Повторить *glissade-cabriole*. На  $\frac{4}{4}$  — *sissonne tombée* вперед в точку 2 на правую ногу, два *cabrioles* в позе I *arabesque, assemblé*.<sup>3</sup>

8. 16 тактов по  $\frac{3}{4}$  (вальс).

*Préparation* на левой ноге, правая вытянута *croisée* вперед носком в пол. 8 тактов: шаг-*soupiré* на правую ногу и *grand fouetté sauté à la seconde* — I *arabesque*. То же повторить с ша-

<sup>1</sup> В мужском классе заменить два *grands changements de pieds* двумя *entrechat-six*. Затем сделать *relevé* в V позиции на полупальцах и два *tours en l'air*.

<sup>2</sup> Все *pas sougu* делаются за тактом.

<sup>3</sup> В женском классе заменить *grands cabrioles* подготовкой к *grand cabriole*, исполнив *temps levé* в больших позах.

гом-супр  на левую и на правую ногу, закончить pas failli. 8 тактов: с правой ноги — pas sougu вперед (четыре шага, пятый шаг-супр ), grand assemblé croisée вперед, руки в III позиции, встать в точку 2 на правую ногу в позу II arabesque носком в пол; шаг-супр  на левую ногу по диагонали наверх в точку 6 и grand assemblé en tournant, закончить в V позицию, правая нога впереди, вскочить на полупальцы на правую ногу в I arabesque на 90° и, сохраняя позу, опуститься на demi-plié.

9. 8 тактов по 2/4.

По прямой линии из точки 7 в точку 3 — четыре emboîtés вперед с продвижением в сторону на 1/2 tour, на 1/4 каждое; шесть emboîtés — на 1/8 каждое и на 1/4 assemblé вперед. Четыре emboîtés назад с продвижением в сторону (из точки 3 в точку 7) на 1/2 tour, на 1/4 каждое, шесть emboîtés назад, на 1/8 каждое; на 1/4 — assemblé назад.

10. 8 тактов по 2/4.

V позиция, левая нога впереди. Начать с правой ноги и исполнить три раза brisé dessus-dessous, на 2/4 каждое; на 2/4 — pas de bougr e с переменной ног en tournant en dehors и entrechat-quatre. С правой ноги по диагонали вперед в точку 2 — два tours sissonne tombés, на 2/4 каждый tour, три — на 1/4 каждый и на 1/4 встать на правую ногу в большую позу effacée назад, левая нога вытянута носком в пол.

11. 8 тактов по 2/4.

Тридцать два petits changements de pieds, на 1/8 каждый.

## ЧЕТВЕРТЫЙ ПРИМЕР

### ЭКЗЕРСИСА НА ПАЛЬЦАХ

1. 8 тактов по 2/4.

Шестнадцать échappés во II позицию с переменной ног, на 1/4 каждое.

2. 16 тактов по 2/4.

Четыре sissonnes simples, с правой и с левой ноги по очереди с переменной ног назад, на 1/4 каждый; двойной ronds de jambe en l'air en dehors с правой и с левой ноги, на 2/4 каждый. Повторить с начала и исполнить в обратном направлении.

3. 16 тактов по 2/4 (полька).

Три gargouillades en dehors, на один такт каждый; на один такт — два pas de chat назад. Два gargouillades en dehors, на один такт каждый; на два такта — préparation с V позиции в V и tour sur le cou-de-pied en dehors. Повторить все с начала и в заключение сделать два tours en dehors с V позиции. То же исполнить в обратном направлении.

4. 8 тактов по 4/4.

Движение по диагонали из точки 6 в точку 2. На 1/4 с правой ноги — jeté с продвижением в сторону на 1/2 tour (остановка левым плечом в точку 2); на 1/4 с 45° — tour sur le cou-

de-pied en dedans на правой ноге, закончить левым плечом в точку 2, открыть левую ногу в сторону на  $45^\circ$ . На  $1/4$  — *jeté* с продвижением в сторону на  $1/2$  *tour* с левой ноги и *tour sur le cou-de-pied en dehors* на левой ноге. Повторить *jetés* и *tours* еще два раза. На  $4/4$  — *pas de bourrée suivi* по диагонали наверх в точку 6 (правая нога впереди), *dégagé* левой ногой в направлении точки 8 и на  $4/4$  — *pas de bourrée suivi* по диагонали наверх в точку 4, закончить на *demi-plié* в V позиции и повторить всю комбинацию с другой ноги.

5. 16 тактов по  $3/4$  (вальс).

V позиция, правая нога впереди. 4 такта: с правой ноги — *préparation* с V позиции в IV для *tours sur le cou-de-pied en dehors* и два *tours en dehors*. 4 такта: с левой ноги — *préparation* с V позиции в IV (поставить левую ногу назад) для *tours sur le cou-de-pied en dedans* и два *tours en dedans*; закончить в V позицию, левая нога впереди. 4 такта: с левой ноги — *grande sissonne ouverte* в III *arabesque* и с  $90^\circ$ , проведя правую ногу вперед, встать в IV позицию *effacée*, левая рука впереди, правая на II позиции — *préparation* — и два *tours sur le cou-de-pied en dehors* на правой ноге, закончить в V позицию, левая нога впереди.<sup>1</sup> 4 такта: с левой ноги — *grande sissonne ouverte* в III *arabesque*; сохраняя позу, опуститься на *demi-plié*; *glissade* с правой ноги вперед по диагонали и *grand pas de chat* вперед, руки поднять в III позицию.

6. 16 тактов по  $2/4$ .

На  $2/4$  — *préparation* с V позиции в V и одиннадцать *tours sur le cou-de-pied en dehors* с V позиции с продвижением вперед по диагонали в точку 2, на  $2/4$  каждый; закончить в V позицию, правая нога впереди; по диагонали вперед в точку 2 исполнить четыре раза *tours glissade en tournant*, на  $2/4$  каждый, закончить в IV позицию *croisée*, правая нога сзади, левая рука в III позиции, правая на II.

7. 8 тактов по  $2/4$ .

Семь *tours en dehors* с *dégagé* по диагонали, на  $2/4$  каждый, седьмой *tour* закончить *tombé* вперед в позу *arabesque* на  $45^\circ$  и на  $2/4$  сделать два *tours sur le cou-de-pied en dedans*.

8. Тренировка *tours chaînés* и *tours fouettés*.

---

<sup>1</sup> Такая остановка после *tours en dehors* является исключением из правил, довольно распространенным в старших классах.

## Седьмой класс

Совершенствование и отделка исполнения всех основных движений классического танца.

### ПЕРВЫЙ ПРИМЕР УРОКА

#### Экзерсис у палки

По сравнению с предыдущим классом темп ускоряется.

##### 1. 16 тактов по $\frac{4}{4}$ .

Два demi-pliés, на  $\frac{4}{4}$  каждое; на  $\frac{4}{4}$  — одно grand plié; на  $\frac{2}{4}$  — одно grand plié и на  $\frac{2}{4}$  — relevé на полупальцы в I, II, IV и V позициях.

##### 2. Battements tendus. 24 такта по $\frac{2}{4}$ .

Четыре battements tendus вперед, на  $\frac{1}{4}$  каждое, три battements tendus jetés, на  $\frac{1}{8}$  каждое; на  $\frac{2}{8}$  — flic-flac с полуповоротом en dedans и на  $\frac{2}{8}$  — flic-flac с полуповоротом en dehors; четыре battements tendus вперед, четыре в сторону, на  $\frac{1}{4}$  каждое. Повторить всю комбинацию в обратном направлении и исполнить шесть battements tendus jetés в сторону, на  $\frac{1}{8}$  каждое, на  $\frac{2}{8}$  — flic-flac en tournant en dedans; повторить шесть battements tendus jetés и flic-flac сделать en tournant en dehors. Шестнадцать tendus jetés в I позицию, на  $\frac{1}{8}$  каждое.

##### 3. Ronds de jambe par terre и grands ronds de jambe jetés. 12 тактов по $\frac{4}{4}$ .

En dehors: четыре ronds de jambe par terre, на  $\frac{1}{4}$  каждый; два grands ronds de jambe jetés, на  $\frac{1}{4}$  каждый; три — на  $\frac{1}{8}$  каждый; три ronds de jambe par terre, на  $\frac{1}{8}$  каждый; пять — на  $\frac{1}{16}$  каждый; на  $\frac{2}{4}$  — обвод на plié en dehors и на  $\frac{2}{4}$  — быстрый обвод en dedans — en dehors en dedans. Повторить все en dedans и на 4 такта исполнить два раза port de bras с растяжкой на plié и перегибом корпуса.

##### 4. Battements fondus на $45^\circ$ . 16 тактов по $\frac{2}{4}$ .

Два doubles fondus вперед, на  $\frac{2}{4}$  каждое; на  $\frac{2}{4}$  — одно double fondu в сторону; два doubles fondus, на  $\frac{1}{4}$  каждое. Frappés в сторону пять и два doubles, на  $\frac{1}{8}$  каждое, пять — на  $\frac{1}{16}$  каждое; на  $\frac{2}{4}$  — tombé на plié на работающую ногу к V позиции сзади, левую поднять sur le cou-de-pied вперед; сделать

полный поворот на полупальцах от палки, переведя левую ногу sur le cou-de-pied назад, и закончить couré на левую ногу на полупальцы, работающую ногу открыть в сторону на 45°. Повторить все в обратном направлении.

5. *Ronds de jambe en l'air*. 8 тактов по  $\frac{1}{4}$ .

На  $\frac{2}{4}$  — *tour temps relevé en dehors*; на  $\frac{2}{4}$  — два *tours temps relevé en dehors*, в заключение открыть работающую ногу в сторону на 45°. Два *ronds de jambe en l'air en dehors*, на  $\frac{1}{4}$  каждый; на  $\frac{2}{4}$  — два раза двойной *rond de jambe en l'air* (на форшлаг перед каждой четвертью); пять и пять — на  $\frac{1}{16}$  каждый. На  $\frac{2}{4}$  — *développé* в сторону на 90° и на  $\frac{2}{4}$  — два *ronds de jambe en l'air* на 90°. Повторить все *en dedans*.

6. *Petits battements sur le cou-de-pied u battements battus*. 8 тактов по  $\frac{1}{4}$ .

Двенадцать *battements battus* вперед в *épaulement effacé*, на  $\frac{1}{16}$  каждый; на  $\frac{1}{4}$  — маленькая поза *effacée* вперед, носком в пол на *plié*; на  $\frac{2}{4}$  — *passé* на 45° на полупальцах в маленькую позу *effacée* назад на *plié* (работающая нога на 45°) и на  $\frac{2}{4}$  — два *tours sur le cou-de-pied en dedans*; в заключение открыть работающую ногу в сторону на 45°. Двенадцать *petits battements*, на  $\frac{1}{16}$  каждый; на  $\frac{1}{4}$  — *développé* на 90° в позу *écartée* назад; на  $\frac{2}{4}$  — поворот *fouetté en dehors* в позу *écartée* назад и на  $\frac{2}{4}$  — *demi-rond* в *attitude effacée allongé*. Повторить все в обратном направлении.

7. *Battements développés*. 8 тактов по  $\frac{1}{4}$  или 32 такта по  $\frac{3}{4}$  (*вальс*).

Первый такт: на полупальцах — *grand rond de jambe développé en dehors*. Второй такт: быстрое *passé* по I позиции на *demi-plié* вперед на 90° и *relevé* на полупальцы на первую четверть; на вторую четверть — полуповорот к палке и опуститься на *plié*; на третью четверть — *passé* по I позиции на *demi-plié* вперед на 90° и *relevé* на полупальцы; на четвертую четверть — полуповорот от палки и опуститься на *plié*. Третий такт: *passé* на 90° в позу *effacée* вперед на полупальцах, *développé tombé*, закончить в позе *effacée* вперед на 90°. Четвертый такт: поворот *fouetté en dehors* в позу *effacée* вперед и *demi-rond* в позу *écartée* назад. Повторить все *en dedans*.

8. *Grands battements jetés*. 16 тактов по  $\frac{2}{4}$ .

Два *grands battements* вперед, два *grands battements* мягких, с подъемом на полупальцы. Так же исполнить с левой ноги назад, с правой в сторону и четыре *grands battements* в позу *écartée* назад, на  $\frac{1}{4}$  каждый. Повторить все в обратном направлении.<sup>1</sup>

<sup>1</sup> В старших классах (седьмой и восьмой) приведен лишь один пример экзерсиса у палки, так как опыт педагогов, ведущих эти классы, безусловно подскажет им построение экзерсиса у палки в зависимости от построения урока на середине зала. Для проведения урока на середине зала предлагаются четыре примера.

1. *Маленькое adagio и battements tendus. 8 тактов по  $\frac{4}{4}$ .*

Первый такт: grand plié в V позиции (правая нога впереди); с глубокого plié — полтора tour sur le cou-de-pied en dedans; закончить в I arabesque в точку 7. Второй такт: слегка наклонить корпус и повернуться en dedans в I arabesque в точку 2, правую руку поднять на высоту III позиции, корпус выпрямить. Третий такт: наклониться и вывести левую ногу в écartée назад. Четвертый такт: широкое tombé на левую ногу и с правой — fondu на  $90^\circ$  в позе écartée вперед, tombé на правую ногу и два tours sur le cou-de-pied en dedans; закончить в позе attitude effacée. Пятый такт: из позы attitude провести левую ногу в сторону, croisée вперед, подняться на полупальцы и опуститься в IV позицию croisée — grande préparation для tours en dedans. Шестой такт: полтора tour à la seconde en dedans; закончить в позе IV arabesque на plié. Седьмой такт: шаг назад на правую ногу, с левой — développé в сторону и demi-ronds в позу attitude croisée. Восьмой такт: на  $\frac{3}{4}$  — renversé en dehors, четвертая четверть — пауза в V позиции на demi-plié.

Battements tendus и tours — 8 тактов по  $\frac{4}{4}$ . С левой ноги — четыре battements tendus в позе IV arabesque; с правой — два в маленькой позе effacée вперед и два в той же позе с поворотом в точку 4; четыре battements tendus с левой ноги в позе IV arabesque (в точку 4), два battements tendus с правой ноги в маленькой позе effacée вперед в точку 6 и два в точку 8. Повернуться en face в точку 1 и исполнить с правой ноги в сторону четырнадцать battements tendus jetés, на  $\frac{1}{8}$  каждое; на  $\frac{2}{8}$  — flic-flac en tournant en dedans с окончанием в IV позицию — préparation для tours sur le cou-de-pied en dehors; на 1 такт сделать один и еще один tour; на 1 такт два и два tours en dehors в правую сторону.

2. *Battements fondus. 4 такта по  $\frac{4}{4}$ .*

С правой ноги — два battements fondus на  $45^\circ$  в маленькой позе effacée вперед, на  $\frac{1}{4}$  каждое; на  $\frac{2}{4}$  — одно fondu на  $90^\circ$  в позе effacée вперед; coupé; на  $\frac{2}{4}$  с левой ноги — grand fouetté effacée en dedans; на  $\frac{2}{4}$  провести работающую ногу в сторону на  $90^\circ$ ; на  $\frac{4}{4}$  — plié и tour en dehors в attitude croisée; coupé; с правой ноги — семь frappés в сторону, на  $\frac{1}{8}$  каждое. Повторить все в обратном направлении, но tour сделать в позе croisée вперед и вместо frappés исполнить petits battements sur le cou-de-pied.

3. *Grands battements jetés. 4 такта по  $\frac{4}{4}$ .*

По четыре grands battements в позе croisée вперед, в сторону и в позе III arabesque, на  $\frac{1}{4}$  каждый. На  $\frac{4}{4}$  с левой ноги — grand échappé во II позицию и два tours à la seconde en dehors.

4. *Большое adagio. 8 тактов по  $\frac{4}{4}$ .*



Первый такт: по диагонали в точку 2 с правой ноги — *tours chaînés*, закончить в I arabesque на 90° на правой ноге на *plié*. Второй такт: *tour lent en dedans* в позе arabesque на *plié*. Третий такт: *passé* на 90° с поворотом *en dedans* в точку 6 в позу *croisée* вперед, полупальцы, *chassé*, упасть на *plié* на левую ногу в позу III arabesque, *passé* на 90° с поворотом *en dehors* в точку 2 в позу *effacée* вперед, полупальцы, *chassé*, закончить в IV позицию *effacée* — *grande préparation* для *tours en dedans*. Четвертый такт: два *tours* в позе *attitude effacée*. Пятый такт: проходящее *relevé* на полупальцы в *attitude effacée* и на первые две четверти такта — *grand fouetté en tournant en dedans* в позу III arabesque; на третью и четвертую четверти провести левую ногу в сторону и подняться на полупальцы. Шестой такт: *grand fouetté en tournant en dedans* в позу I arabesque в точку 2 и шаг назад в V позицию на полупальцы, левая нога впереди. Седьмой такт: *balancé* в позе маленький II arabesque с левой и с правой ноги, встать сверху на полупальцы на левую ногу, сделать два *tours sur le sou-de-pied en dedans*, закончить *tours* в большой позе *croisée* вперед. Восьмой такт: из позы *croisée* — *tombé, grand assemblé* в *écarté* вперед, *relevé* в V позиции на полупальцы и *entrechat-six*.

### *Allegro*<sup>1</sup>

#### *1. 16 тактов по 2/4.*

Два *échappés battus, sissonne ouverte battue* в сторону на 45°, *assemblé*, два *brisés* вперед. Повторить четыре раза, с правой и с левой ноги по очереди. То же исполнить в обратном направлении.

#### *2. 8 тактов по 2/4.*

С правой ноги — *sissonne ouverte* на 45° *en tournant en dehors* в маленькую позу *croisée* вперед, *assemblé*; с левой ноги — *sissonne ouverte* на 45° *en tournant en dedans* в маленькую позу *croisée* назад, *assemblé*,<sup>2</sup> с правой ноги три *ballonnés battus* в сторону с продвижением, *assemblé*. Повторить все с другой ноги.

#### *3. 16 тактов по 3/4 (вальс).*

С правой ноги — *grande sissonne ouverte* в *attitude croisée*, *assemblé, sissonne renversée en dehors, glissade* в сторону без перемены ног и с правой ноги — *grand jeté passé* в сторону с окончанием в *attitude croisée, assemblé, entrechat-six*. Повторить все с другой ноги. То же исполнить в обратном направлении.

<sup>1</sup> Все новые движения разучиваются отдельно, затем соединяются в комбинации.

<sup>2</sup> Для мужского класса *sissonnes ouvertes* рекомендуется сделать с двойным поворотом.

4. 8 тактов по  $\frac{2}{4}$ .

С правой ноги — *sissonne simple* (закончить в *effacée* вперед) и *grand fouetté sauté effacée en dehors, failli-coupé* и *grand jeté* в III *arabesque*, *glissade* в сторону без перемены ног и маленький *cabriole fermé* в сторону с левой и с правой ноги. С левой ноги — *sissonne simple* (закончить в *effacée* назад) и *grand fouetté sauté effacée en dedans, failli* (с продвижением назад); с правой ноги — *sissonne tombée effacée* вперед, два *cabrioles* на  $45^\circ$  в позе II *arabesque, assemblé*.

5. 16 тактов по  $\frac{3}{4}$  (вальс).

По диагонали из точки 6 в точку 2 с правой ноги — *pas sougu* (четыре шага, пятый шаг-*coupé*), *grand jeté* в *attitude croisée, assemblé, entrechat-six* (руки в III позиции). То же повторить с левой ноги по диагонали в точку 8 и с правой в точку 2. В заключение исполнить *tours chaînés* в точку 2 и закончить их в V позицию, правая нога сзади.

6. 4 такта по  $\frac{4}{4}$ .

По прямой линии из точки 7 в точку 3 с правой ноги — два *sauts de basque* с шага-*coupé*, на  $\frac{4}{4}$  каждый (*saut de basque* исполняется на  $\frac{2}{4}$ , а на  $\frac{2}{4}$  следует остаться на *demi-plié* в заключительном положении после прыжка). Два *sauts de basque* подряд, на  $\frac{2}{4}$  каждый, *sissonne ouverte* в сторону, *pas de bourrée* с переменной ног *en tournant en dehors* и поворот в V позиции на полупальцах.

7. 4 такта по  $\frac{4}{4}$ .

По диагонали навверх из точки 2 в точку 6 — два *jetés entrelacés* с широкого шага, на  $\frac{4}{4}$  каждое (на  $\frac{2}{4}$  — *jetés*, а на  $\frac{2}{4}$  заключительная поза I *arabesque* на *demi-plié*). Три *jetés entrelacés* подряд, на  $\frac{2}{4}$  каждое, закончить *assemblé*.

8. 8 тактов по  $\frac{2}{4}$ .

По диагонали из точки 6 в точку 2 с правой ноги — двенадцать *emboîtés* вперед с продвижением по  $\frac{1}{2}$  *tour*, на  $\frac{1}{8}$  каждое; шаг-*coupé* с правой ноги в точку 2 и *grand assemblé en tournant*.<sup>1</sup> То же исполнить с левой ноги по диагонали в точку 8.

9. Музыкальный размер  $\frac{2}{4}$ .

*Tours sissonnes tombées* по диагонали на *effacée* и на *croisée*, на  $\frac{1}{4}$  или на  $\frac{1}{8}$  каждый *tour*.

10. 8 тактов по  $\frac{2}{4}$ .

Семь *entrechat-quatre* и один *royale*, с правой и с левой ноги по очереди, и шестнадцать *petits changements de pieds*, на  $\frac{1}{8}$  каждый.<sup>2</sup>

<sup>1</sup> Для мужского класса — *grand assemblé battu en tournant*.

<sup>2</sup> Каждый урок заканчивается *port de bras* с перегибом корпуса

## ПЕРВЫЙ ПРИМЕР ЭКЗЕРСИСА НА ПАЛЬЦАХ<sup>1</sup>

### 1. 16 тактов по $\frac{2}{4}$ .

Два *échappés* во II позицию с переменной ног, два *échappés en tournant* по  $\frac{1}{2}$  поворота, на  $\frac{1}{4}$  каждое; три *sus-sous* с продвижением вперед, на  $\frac{1}{8}$  каждое, и на  $\frac{2}{4}$  — *double échappé* во II позицию с переменной ног. Повторить с другой ноги и исполнить еще два раза с *sus-sous* назад.

### 2. 8 тактов по $\frac{2}{4}$ (пиццикато).

*Préparation* — левая нога *croisée* сзади носком в пол. За тактом — *demi-plié*, *souré* на пальцы на левую ногу, с правой — двойной *rond de jambe en l'air en dehors*, закончить на первую четверть *demi-plié* на левой ноге. На вторую, третью и четвертую четверти повторить двойной *rond de jambe* три раза (не опускаясь в V позицию); два *jetés en tournant* по прямой линии с продвижением в сторону по  $\frac{1}{2}$  *tour*, на  $\frac{1}{4}$  каждое; на  $\frac{1}{4}$  — двойной *rond de jambe en l'air en dehors*; на  $\frac{1}{4}$  — *pas de bourrée dessous en tournant*; закончить *demi-plié*, на правой ноге, левая *sur le cou-de-pied* сзади, *souré* и повторить комбинацию еще раз. То же исполнить в обратном направлении.

### 3. 16 тактов по $\frac{3}{4}$ (вальс).

*Préparation* — левая нога *croisé* вперед носком в пол. 4 такта: *шаг-souré* на левую ногу и *grand pas de chat* вперед, *grande sissonne ouverte* с правой ноги в позе *effacée* вперед, не спускаясь с пальцев — *grand rond* в *effacée* назад, закончить *pas de bourrée* с переменной ног *en dehors*. 4 такта: *grande sissonne ouverte* в IV *arabesque* на правую ногу, *plié-relevé*, закончить в V позицию. 4 такта: *grande sissonne ouverte* с правой ноги в позе *écartée* назад, с левой ноги — *préparation* с V позиции в V и два *tours sur le cou-de-pied en dehors*. 4 такта: с правой ноги в направлении *croisé* — шесть *tours chaînés*, встать на правую ногу в позу *croisée*, левая нога сзади носком в пол, правая рука в III позиции, левая на II.

### 4. 8 тактов по $\frac{2}{4}$ .

6 тактов: по диагонали из точки 6 в точку 2 — *pas de bourrée suivi*, правая рука в III позиции, левая на II *allongé*. 2 такта: *pas failli* в IV позицию — *préparation* для *tours sur le cou-de-pied en dehors* и два *tours* в правую сторону, закончить в IV позицию, руки в положении III *arabesque*.

### 5. 8 тактов по $\frac{2}{4}$ .

*Préparation* — левая нога *croisé* сзади носком в пол. За тактом — *dégagé* левой ногой в сторону и *pas de bourrée dessus en*

---

<sup>1</sup> Нельзя ограничиваться приведенными примерами; в классе необходимо проходить танцевальную литературу: по частям и полностью вариации и коды из старого классического репертуара и современных балетных спектаклей, с учетом индивидуальности учащихся

tournant, закончить на первую четверть; на вторую четверть с правой ноги — pas de bourgée dessous en tournant; на третью и четвертую четверти — два раза tour en dehors с dégagé на левой ноге. Повторить комбинацию четыре раза с продвижением по диагонали из точки 6 в точку 2.

6. 16 тактов по  $\frac{2}{4}$ .

Entrechat-quatre, sissonne simple с переменной ноги назад, на  $\frac{1}{4}$  каждый. Повторить с другой ноги. Четыре sissonnes simples с переменной ног назад, на  $\frac{1}{4}$  каждый. Повторить все сначала и исполнить еще раз с переменной ног на sissonnes simples вперед.

## ВТОРОЙ ПРИМЕР УРОКА

### Экзерсис на середине зала

1. Маленькое adagio и battements tendus. 8 тактов по  $\frac{4}{4}$ .

Первый такт: grand plié во II позиции с port de bras; с глубокого plié — tour en dehors на правой ноге в позе écartée назад. Второй такт: из позы écartée повернуться в I arabesque в точку 2. Третий такт: наклониться вниз и подняться в исходное положение в позе arabesque. Четвертый такт: coupé на полупальцы на левую ногу, с правой — grand fouetté effacée en dehors, быстрый поворот en dehors на полупальцах с passé на  $90^\circ$  (на  $\frac{1}{8}$ ) и второе fouetté effacée en dehors. Пятый такт: шаг назад на правую ногу на полупальцы, с левой — développé в позе effacée вперед и grand rond в сторону и назад. Шестой такт: с подъемом на полупальцы — полуповорот en dehors (на первую четверть такта) спиной в точку 1, в заключение поворота левая нога впереди на  $90^\circ$  и grand rond в сторону и назад. Седьмой такт: с подъемом на полупальцы — полуповорот en dehors лицом в точку 1, в заключение поворота левая нога впереди на  $90^\circ$ , demi-rond в сторону и plié на опорной ноге. Восьмой такт: встать сверху на полупальцы на левую ногу и сделать tour à la seconde en dedans, подняв руки в III позицию, закончить tour позой II arabesque на  $90^\circ$  на plié.

Battements tendus и tours — 8 тактов по  $\frac{4}{4}$ . С правой ноги четыре battements tendus в маленькой позе croisée вперед, на  $\frac{1}{4}$  каждое, шесть battements tendus jetés, на  $\frac{1}{8}$  каждое, и на  $\frac{2}{8}$  — flic-flac en tournant en dedans с окончанием в маленькой позе croisée назад. Повторить battements tendus и battements tendus jetés в позе croisée назад, flic-flac сделать en dehors с окончанием в сторону на  $45^\circ$ . Четыре battements tendus в сторону, на  $\frac{1}{4}$  каждое, семь battements tendus jetés, на  $\frac{1}{8}$  каждое, и на 2 такта со II позиции — один tour, два и два tours sur le sou-de-pied en dehors.

2. Battements fondus на  $45^\circ$ . 8 тактов по  $\frac{4}{4}$ .

Три doubles fondus в сторону, на  $\frac{2}{4}$  каждое; на  $\frac{2}{4}$  из положения, когда работающая нога вытянута в сторону на  $45^\circ$ , —

два tours sur le cou-de-pied en dehors, закончить в сторону на  $45^\circ$ ; семь frappés в сторону, на  $\frac{1}{8}$  каждое; на  $\frac{2}{4}$  — développé в позе effacée вперед на  $90^\circ$ ; на  $\frac{1}{4}$  — быстрый поворот fouetté en dehors в позу effacée вперед; на  $\frac{1}{4}$  поставить работающую ногу в V позицию сзади, затем повторить все в обратном направлении.

3. *Ronds de jambe en l'air u renversé. 4 такта по  $\frac{4}{4}$ .*

На  $\frac{4}{4}$  — développé вперед, demi-rond в сторону и быстрое passé по I позиции в attitude croisée; на  $\frac{4}{4}$  — renversé en dehors, закончить его на третью четверть такта; на четвертую четверть подняться на полупальцы, открыв работающую ногу в сторону на  $45^\circ$ . Семь ronds de jambe en l'air en dehors, на  $\frac{1}{8}$  каждый; на  $\frac{2}{4}$  — développé в attitude croisée и на  $\frac{2}{4}$  — renversé en dehors. Повторить все en dedans.

4. *Большое adagio. 8 тактов по  $\frac{4}{4}$ .*

Первый такт: grand plié в V позиции (правая нога впереди); с глубокого plié — два tours sur le cou-de-pied en dehors на левой ноге, закончить à la seconde. Второй такт: tour lent en dehors à la seconde. Третий такт: plié на опорной ноге, с широким шагом перейти на полупальцы на правую ногу, левую поднять в сторону на  $90^\circ$  и сделать grand fouetté en tournant en dehors в позу croisée вперед. Четвертый такт: опуститься в IV позицию croisée — grande préparation для tours en dedans — и сделать два tours в I arabesque. Пятый такт: на первые две четверти такта правой ногой — passé по I позиции вперед в позу croisée назад, левая нога носком в пол; на вторые две четверти — grand port de bras, с окончанием в IV позицию — grande préparation для tours en dedans. Шестой такт: два tours в позу croisée вперед. Седьмой такт: из позы croisée — grand rond в écartée вперед и в attitude effacée; закончить в V позицию, левая нога впереди. Восьмой такт: на левой ноге — шесть партерных прыжков en tournant en dedans (два поворота) в позу I arabesque и два tours tirbouchon en dedans, поднять левую руку в III позицию, правую в I.

### *Allegro*

1. *16 тактов по  $\frac{2}{4}$ .*

Четыре assemblés battus с правой и с левой ноги по очереди, gargouillade en dehors, два entrechats-quatre; повторить с другой ноги и исполнить все в обратном порядке.

2. *4 такта по  $\frac{4}{4}$ .*

С правой ноги — двойной rond de jambe en l'air sauté en dehors и pas de bourrée dessous en tournant; с левой ноги — двойной rond de jambe en l'air sauté en dedans и pas de bourrée dessus en tournant; с правой ноги — два sissonnes fermées battues в маленькой позе croisée назад, grande sissonne soubresaut в attitude croisée, короткое coupé левой ногой и с правой —

grand assemblé в сторону; закончить в V позицию, правая нога зади. Повторить все с другой ноги. То же исполнить в обратном направлении.

3. 16 тактов по  $\frac{3}{4}$  (вальс).

С правой ноги — grande sissonne ouverte en tournant en lehors в позу croisée вперед, assemblé и grande sissonne ouverte en tournant en dehors à la seconde, assemblé; с левой ноги — sissonne tombée effacée вперед, и в точку 8 — grand assemblé en tournant, закончить в V позицию, правая нога впереди; grande sissonne ouverte в III arabesque на левую ногу, правую ногу в прыжке перевести назад, assemblé; grande sissonne ouverte en tournant en dedans (в левую сторону) в attitude croisée, assemblé и grande sissonne ouverte en tournant en dehors à la seconde, assemblé. С правой ноги — проходящее sissonne tombée в сторону, pas de bourrée и два entrechat-six.<sup>1</sup>

4. 8 тактов по  $\frac{2}{4}$ .

По прямой линии из точки 7 в точку 3 с правой ноги — два sauts de basque с шага-coupé, один с chassé, закончить assemblé в сторону и royale; по прямой линии из точки 3 в точку 7 с левой ноги — три sauts de basque с шага-coupé с обратными поворотами в воздухе, закончить assemblé назад, entrechat-quatre. (Каждый saut de basque исполняется на  $\frac{2}{4}$ .)

5. 32 такта по  $\frac{3}{4}$  (вальс).

Движение по прямой линии из точки 8 в точку 2. V позиция, левая нога впереди. Brisé вперед, левая рука на II позиции, правая на I, маленькое pas de chat вперед, правую руку перевести на II позицию, левую на I. Повторить. Glissade в сторону без перемены ног, с правой ноги — grand jeté passé в сторону с окончанием в attitude croisée, правая рука в III позиции, левая на II, sissonne tombée en tournant en dehors и cabriole fermée на 45° на левую ногу в IV arabesque. Повторить все сначала. Из точки 2 повернуться направо и, двигаясь по прямой линии к точке 4 мимо точки 3, сделать четыре раза glissade, grand jeté в позу II arabesque с правой и с левой ноги по очереди; дойдя до точки 4, повернуться на диагональ в направлении точки 8 и исполнить еще три раза glissade, grand jeté на II arabesque; sissonne tombée en effacée вперед на левую ногу, coupé и grand jeté в attitude effacée.

6. 16 тактов по  $\frac{3}{4}$  (вальс).

Préparation — левая нога croisé вперед носком в пол. 4 такта: шаг-coupé на левую ногу и с правой — grand cabriole в позе effacée вперед, assemblé, закончить в V позицию правая нога сзади, entrechat-quatre. 4 такта: glissade вперед (в точку 2) без перемены ног, с правой ноги — grand cabriole в позе effacée вперед, assemblé, entrechat-quatre. 4 такта: повторить glissade,

<sup>1</sup> Для мужского класса — relevé в V позиции на полупальцы и два tours en l'air в левую сторону.

grand cabriole, в позе effacée сделать temps levé, tombé и проходящее pas de bourrée с переменой ног en dehors. 4 такта: встать на правую ногу в точку 2 в позу I arabesque носком в пол и по диагонали наверх в точку 6 исполнить chassé и grand assemblé en tournant.

7. 16 тактов по  $\frac{3}{4}$  (вальс).

По диагонали наверх из точки 2 в точку 6 — три jetés entrelacés с широкого шага в позу I arabesque, на 2 такта каждое; на 2 такта из позы arabesque упасть на plié на левую ногу и сделать на правой ноге tour en dehors с dégagé, закончить tour в I arabesque на 90°. 4 такта: сценический sissonne на левую ногу в позе II arabesque, сценический бег к точке 1, встать на правую ногу в позу III arabesque носком в пол. 4 такта: с широкого шага — два jetés entrelacés в направлении точки 5 в épaulement croisé, руки в III позиции.

8. 16 тактов по  $\frac{2}{4}$ .

V позиция, правая нога впереди. С левой ноги — entrechat-cinque назад, assemblé; с правой — entrechat-trois назад, assemblé, с правой ноги — entrechat-cinque назад, assemblé; с левой — entrechat-trois назад, pas de bourrée с переменой ног en tournant en dehors. Повторить все с другой ноги и исполнить в обратном направлении. (Исполняется в быстром темпе.)

9. 4 такта по  $\frac{2}{4}$ .

Шестнадцать petits changements de pieds, на  $\frac{1}{8}$  каждый.

## ВТОРОЙ ПРИМЕР

### ЭКЗЕРСИСА НА ПАЛЬЦАХ

1. 16 тактов по  $\frac{2}{4}$ .

Два échappés во II позицию с переменой ног, на  $\frac{1}{4}$  каждое, с правой и с левой ноги; с правой ноги — три sissonnes simples en tournant (в правую сторону), на  $\frac{1}{8}$  каждый. Повторить все с другой ноги. Четыре двойных ronds de jambe en l'air en dehors, на  $\frac{2}{4}$  каждый, с правой и с левой ноги по очереди. То же повторить с ronds de jambe en l'air en dedans.

2. 32 такта по  $\frac{3}{4}$  (вальс).

8 тактов: jeté на правую ногу в attitude croisée; правая рука в III позиции, левая на II; plié-relevé в позе attitude; plié-relevé в позе IV arabesque, plié и pas de bourrée en tournant en dehors, закончить demi-plié на левой ноге, правой — dégagé effacé вперед носком в пол. 8 тактов: с правой ноги — два раза двойной rond de jambe en l'air en dehors в épaulement effacé, оба раза подниматься на пальцы и заканчивать ronds de jambe носком в пол в effacée вперед; двойной rond de jambe en l'air также в направлении effacée; широкое tombé на правую ногу и два tours sur le sou-de-pied en dedans. 8 тактов: jeté назад на правую ногу в позу croisée вперед на 90°; два раза plié-relevé в позе croisée; plié и pas de bourrée с переменой ног en tournant

п dedans. 8 тактов: с левой ноги — glissade в сторону (прыжковый) без перемены ног; grand assemblé в сторону; grande sissonne ouverte на левую ногу в attitude croisée; с правой ноги — sissonne ouverte на 45° в позе effacée назад; широкое tombé и va tours sur le cou-de-pied en dehors.

### 3. 16 тактов по $\frac{2}{4}$ .

2 такта: по диагонали из точки 6 в точку 2 с правой ноги — as de bourrée suivi, закончить в V позицию на demi-plié, правая нога впереди. 2 такта: пять партерных прыжков en tournant п dedans на правой ноге в позе I arabesque и tour tirbouchon п dedans; руки поднять в III позицию; закончить на plié на правой ноге, левая носком в пол, в маленькой позе croisée вперед. Следующие 12 тактов повторить комбинацию с левой ноги в направлении точки 8, затем с правой и с левой ноги в направлении точек 2 и 8.

### 4. 8 тактов по $\frac{6}{8}$ .

На первую восьмую первого такта встать сверху на правую ногу на пальцы в позу маленький II arabesque и сделать четыре прыжка на пальцах, на  $\frac{1}{8}$  каждый; на шестую восьмую опуститься на demi-plié, одновременно сгибая и проводя левую ногу effacée вперед. Следующий такт такие же прыжки исполнить на левой ноге. Затем на один такт сделать на правой ноге прыжки en tournant en dedans (также в позе II arabesque) и на один такт — шаг на левую ногу на пальцы в сторону, два прыжка в маленькой позе croisée вперед, согнув правую ногу на 45°, demi-plié в V позиции и поворот на пальцах; закончить в V позицию на demi-plié. Повторить все с другой ноги.

### 5. 8 тактов по $\frac{4}{4}$ .

2 такта: по диагонали из точки 6 в точку 2 — начать с правой ноги и сделать шесть emboîtés вперед на пальцах по  $\frac{1}{2}$  tour, на  $\frac{1}{4}$  каждое; на  $\frac{2}{4}$  опуститься в V позицию на demi-plié. 2 такта: pas de bourrée suivi в точку 2 (правая нога впереди), на последнюю восьмую второго такта, оставаясь на пальцах, оставить левую ногу в V позицию впереди и повторить все с другой ноги в направлении точки 8. Комбинация выполняется в быстром темпе.

### 6. 16 тактов по $\frac{2}{4}$ .

По диагонали из точки 6 в точку 2 исполнить три раза по одному tour en dedans с coupé, на  $\frac{2}{4}$  каждый tour, и на  $\frac{2}{4}$  — два tours en dedans с coupé. Повторить четыре раза.

### 7. Тренировка tours chaînés и tours fouettés.

## ТРЕТИЙ ПРИМЕР УРОКА

### Экзерсис на середине зала

#### 1. Маленькое adagio и battements tendus. 8 тактов по $\frac{4}{4}$ .

Первый такт: grand plié в I позиции; с глубокого plié — tour à la seconde en dehors на левой ноге. Второй такт: plié



в а la seconde и tour en dehors в attitude. Третий такт: из позы attitude — поворот en dehors в точку 6 в позу effacée вперед, закончить поворот в точку 1, проведя ногу из позы effacée в сторону. Четвертый такт: plié на опорной ноге и tour en dedans в позе croisée вперед. Пятый такт: широкое tombé на правую ногу и grand port de bras с окончанием в IV позицию — grande préparation для tour en dehors. Шестой такт: tour в III arabesque. Седьмой такт: за тактом подняться на опорной правой ноге в attitude croisée на полупальцы и сделать на первую четверть такта начало grand port de bras (растяжку на plié); на вторую четверть с полным поворотом в левую сторону перейти на левую ногу в IV arabesque на 90°; на третью и четвертую четверти — demi-rond в сторону; восьмой такт: grand fouetté en tournant en dedans в позу attitude croisée allongé и шаг назад в V позицию на полупальцы.

Battelements tendus и tours — 8 тактов по  $\frac{1}{4}$ . С правой ноги — четыре battelements tendus doubles (с опусканием пятки во II позицию), на  $\frac{2}{4}$  каждое; четыре battelements tendus в сторону, на  $\frac{1}{4}$  каждое, и семь battelements tendus jetés en tournant en dedans, на  $\frac{1}{8}$  каждое. 2 такта: с правой ноги — один и два tours sur le cou-de-pied en dedans со II позиции; закончить в IV позицию préparation для tours en dehors, левая нога впереди. 2 такта: два tours sur le cou-de-pied en dehors, закончить в IV позицию; plié на правую ногу, находящуюся в IV позиции сзади, и, передав на нее корпус, сделать два с половиной tours en dedans.

### 2. Battelements fondus на 45°. 4 такта по $\frac{1}{4}$ .

Два doubles fondus в маленькой позе croisée вперед, два в сторону, на  $\frac{2}{4}$  каждое; три ronds de jambe en l'air en dehors, на  $\frac{1}{8}$  каждый; два раза двойной rond de jambe en l'air en dehors с окончанием на demi-plié, на  $\frac{1}{4}$  каждый; на  $\frac{2}{4}$  — développé в позе III arabesque и на  $\frac{2}{4}$  — renversé en dehors. То же исполнить в обратном направлении.

### 3. Grands battelements jetés. 8 тактов по $\frac{2}{4}$ .

С правой ноги — два grands battelements в позе effacée вперед; два мягких grands battelements в той же позе, на  $\frac{1}{4}$  каждый. С левой ноги сделать то же в позе effacée назад и с правой ноги в сторону; закончить в V позицию, левая нога впереди. Sissonne tombée на левую ногу в IV позицию croisée — préparation для tours sur le cou-de-pied en dedans; два tours en dedans закончить в позе I arabesque на 90°.

### 4. Большое adagio. 8 тактов по $\frac{1}{4}$ .

Préparation на правой ноге, левая croisé сзади носком в пол. За тактом — demi-plié и déagé левой ногой в сторону. Первый такт: pas de bourrée dessus-dessous en tournant, закончить в V позицию — préparation для tours sur le cou-de-pied en dedans, сделать два tours en dedans на правой ноге, закончить à la seconde. Второй такт: grand fouetté en tournant en dedans

в позу *attitude effacée* и *grand fouetté en tournant en dedans* в позу I *arabesque* в точку 3. Третий такт: шаг назад на левую ногу, с правой — *développé* в позе *écartée* назад, *plié* и *pas de bourrée en tournant en dehors*; закончить в IV позицию — *grande préparation* для *tours en dehors*. Четвертый такт: два *tours* в позе III *arabesque*, на последнюю восьмую такта — короткое *plié* на левую ногу, подняться на полупальцы, забросив правую ногу приемом *grand battement* в сторону. Пятый такт: *grand fouetté en tournant en dehors* в позу *croisée* вперед, *relevé* на полупальцы в позе *croisée* и опуститься в IV позицию — *grande préparation* для *tours en dedans*. Шестой такт: два *tours* в позе II *arabesque*, закончить в V позицию, левая нога впереди; на последнюю восьмую такта сделать быстрое *développé* с левой ноги в позе *croisée* вперед на полупальцах. Седьмой такт: широкое *tombé*, *chassé* вперед, закончить в IV позицию — *grande préparation* для *tours en dehors*; два *tours tirbouchon en dehors*, подняв руки в III позицию, закончить в V позицию, правая нога сзади. Восьмой такт: с левой ноги — *sissonne tombée* вперед в широкую IV позицию *effacée*, *coupé* правой ногой и *grand jeté* в *attitude effacée*; в заключение медленно подняться на полупальцы в позе *attitude*.

### *Allegro*

#### 1. 16 тактов по $\frac{2}{4}$ .

Два *assemblés* в сторону, с правой и с левой ноги с переменной ног вперед; два *jetés battus* в сторону, с правой и с левой ноги, закончить положением *sur le cou-de-pied* сзади, на  $\frac{1}{4}$  каждое. Повторить четыре раза, сделать короткое *coupé* и исполнить все в обратном направлении.

#### 2. 16 тактов по $\frac{2}{4}$ .

V позиция, правая нога впереди. Маленький *sissonne tombée croisée* вперед *en tournant en dehors* (в правую сторону) и маленький *cabriole fermé* на правую ногу в позе III *arabesque*, два *entrechat-quatre*. Исполнить три раза. С левой ноги — *glissade* в сторону без перемены ног и *grand assemblé battu*; с правой ноги — *entrechat-cinque* назад, *assemblé*. Повторить все с другой ноги. Каждый прыжок делается на  $\frac{1}{4}$ .

#### 3. 16 тактов по $\frac{3}{4}$ (вальс).

По диагонали из точки 6 в точку 2 с правой ноги — маленький *sissonne tombée effacée* вперед и маленький *cabriole fermé* в позе II *arabesque*, закончить в V позицию, левая нога впереди. Такой же *sissonne tombée* и *cabriole fermé* сделать с левой ноги. С правой ноги — *sissonne tombée effacée* вперед, два *cabrioles* на  $45^\circ$  в позе II *arabesque* и *pas de bourrée* с переменной ног *en dehors*. С правой ноги — два *jetés renversés en dehors*; с левой ноги — *sissonne tombée* вперед в IV позицию *croisée*, *coupé* правой ногой и *grand jeté* на левую ногу в *attitude*

croisée, coupé и второе grand jeté в attitude croisée; закончить assemblé.

*4. 16 тактов по  $\frac{3}{4}$  (вальс).*

V позиция, левая нога впереди. По диагонали из точки 6 в точку 2 с правой ноги — glissade вперед без перемены ног, grand jeté в I arabesque, assemblé, закончить в V позицию, левая нога сзади, entrechat-six. Исполнить три раза, но в последний раз assemblé закончить в V позицию, левая нога впереди и также сделать entrechat-six. По прямой линии в левую сторону — glissade без перемены ног, grand jeté в I arabesque на левую ногу; не опуская ногу на пол, — grand jeté в I arabesque на правую и на левую ногу, оба раза — поворачивая в прыжке корпус по прямой линии в правую и в левую сторону.

*5. 4 такта по  $\frac{4}{4}$ .*

По диагонали наверх из точки 2 в точку 6 — два jetés entrelacés с шага, два jetés entrelacés с chassé, в позу I arabesque, failli-coupé, grand assemblé croisée вперед, поворот на полупальцах в V позиции в правую сторону и шесть tours chaînés в точку 2, закончить в I arabesque на  $90^\circ$  на demi-plié.

*6. 8 тактов по  $\frac{4}{4}$ .*

2 такта: по диагонали из точки 6 в точку 2 с правой ноги — два sauts de basque с шага-coupé, два sauts de basque с chassé, руки на прыжках поднимать в III позицию. 2 такта: сценический sissonne в I arabesque с поворотом направо, сценический бег в точку 4, встать в V позицию, левая нога впереди. 4 такта: по диагонали из точки 4 в точку 8 — четыре раза исполнить tour sissonne tombée, на  $\frac{2}{4}$  каждый; шесть раз tour sissonne tombée, на  $\frac{1}{4}$  каждый; два — на  $\frac{1}{8}$  каждый и встать на левую ногу в позу effacé назад, правая нога сзади носком в пол.

*7. 8 тактов по  $\frac{2}{4}$ .*

По прямой линии из точки 7 в точку 3 — четыре jetés battus en tournant с продвижением в сторону по  $\frac{1}{2}$  tour, на  $\frac{1}{4}$  каждое; шесть emboîtés вперед с продвижением в сторону на  $\frac{1}{2}$  tour, на  $\frac{1}{8}$  каждое; assemblé в сторону; два brisés вперед, на  $\frac{1}{4}$  каждое, три — на  $\frac{1}{8}$  каждое; два brisés назад, на  $\frac{1}{4}$  каждое, три — на  $\frac{1}{8}$  каждое.

*8. 8 тактов по  $\frac{2}{4}$ .*

Семь temps levés в I позиции, семь во II и шестнадцать petits changements de pieds, на  $\frac{1}{8}$  каждый.

### ТРЕТИЙ ПРИМЕР ЭКЗЕРСИСА НА ПАЛЬЦАХ

*1. 16 тактов по  $\frac{2}{4}$ .*

Два échappés во II позицию с переменою ног, на  $\frac{1}{4}$  каждое; три échappés, на  $\frac{1}{8}$  каждое; два sus-sous с продвижением вперед, на  $\frac{1}{4}$  каждое; три sus-sous, на  $\frac{1}{8}$  каждое. Повторить с другой ноги и исполнить в обратном направлении.

2. 32 такта по  $\frac{3}{4}$  (вальс).

8 тактов: с правой ноги в точку 2 — *grande sissonne ouverte* в I arabesque, *plié-relevé*; *grande sissonne ouverte* в I arabesque, *plié-relevé* с *passé* на  $90^\circ$  и поворотом левым плечом в точку 2 в позу *écartée* вперед; закончить *pas de bourrée* с переменной ног *en tournant en dedans*. 4 такта: с правой ноги — *pas de bourrée suivi croisée* вперед. 4 такта: с левой ноги — *grande sissonne ouverte à la seconde*, *plié* на опорной ноге и *tour tirbouchon en dedans*, поднять правую руку в III позицию, левую в I. Повторить все с другой ноги.

3. 16 тактов по  $\frac{3}{4}$  (вальс).

V позиция, правая нога впереди. 2 такта: с левой ноги — *grande sissonne ouverte* в позу *écartée* вперед, *passé* по I позиции, забросить левую ногу с поворотом *en dedans* вперед в точку 4, одновременно поднявшись на пальцы, и повернуться в *attitude croisée*, левая рука в III позиции, правая в I (элементарное *grand fouetté en tournant en dedans*). 2 такта: из *attitude* выбросить левую ногу с *passé* на  $90^\circ$  в позу *écartée* вперед, опуститься в V позицию на *demi-plié*, левая нога впереди, и сделать поворот в V позиции на пальцах, подняв руки в III позицию. 4 такта: все повторить. 4 такта: с правой ноги — *pas de bourrée suivi* по прямой линии направо, закончить в IV позицию *croisée*, левая нога впереди. 4 такта: два *tours sur le cou-de-pied en dehors*, закончить в IV позицию; два *tours en dehors*, закончить в V позицию.

4. 16 тактов по  $\frac{2}{4}$ .

По диагонали из точки 6 в точку 2 исполнить три раза по одному *tour en dehors* с *dégagé*, на  $\frac{2}{4}$  каждый *tour*, и на  $\frac{2}{4}$  — два *tours en dehors* с *dégagé*. Повторить четыре раза.

5. 8 тактов по  $\frac{2}{4}$ .

*Préparation* в V позиции в V и пятнадцать *tours sur le cou-de-pied en dehors* с V позиции с продвижением вперед по диагонали, на  $\frac{1}{4}$  каждый *tour*.

6. Тренировка *tours chaînés* и *tours fouettés*.

## ЧЕТВЕРТЫЙ ПРИМЕР УРОКА

### Экзерсис на середине зала

1. Маленькое *adagio* и *battements tendus*. 8 тактов по  $\frac{4}{4}$ .

Первый такт: *grand plié* в V позиции с *port de bras* (правая нога впереди); с глубокого *plié* — два *tours sur le cou-de-pied en dehors* на левой ноге, закончить в позе *écartée* вперед на  $90^\circ$ ; левая рука в III позиции, правая в I. Второй такт: *tour lent en dehors* в позе *écartée*. Третий такт: *passé* правой ногой на  $90^\circ$  с подъемом на полупальцы в позу III arabesque на *plié*; *passé* на  $90^\circ$  с подъемом на полупальцы в позу *effacée* вперед на *plié*. Четвертый такт: *passé* на  $90^\circ$  с подъемом на полупальцы в позу

III arabesque на plié и tour en dehors в attitude. Пятый такт: renversé en dehors и développé с левой ноги в сторону. Шестой такт: relevé на полупальцы и demi-rond в позу effacée вперед на plié; relevé на полупальцы и grand rond en dehors в позу effacée назад на plié. Седьмой такт: pas de bourrée ballotté на effacée, начать в точку 2, вперед — назад, вперед — назад. Восьмой такт: встать сверху на полупальцы на левую ногу и сделать tour en dehors в позе effacée вперед.

Battelements tendus — 4 такта по  $\frac{4}{4}$ . С правой ноги — четыре battements tendus в большой позе effacée вперед; с левой ноги — четыре в большой позе effacée назад; с правой — четыре в большой позе écartée назад, на  $\frac{1}{4}$  каждое, и восемь battements tendus jetés в позе écartée назад, на  $\frac{1}{8}$  каждое. 2 такта: с левой ноги — sissonne ouverte на  $45^\circ$  на полупальцах croisée вперед и опуститься в IV позицию — préparation для tour sur le cou-de-pied en dedans; один tour en dedans в левую сторону, закончить в IV позицию, правая нога впереди, сделать два tours en dedans в правую сторону, закончить в IV позицию, левая нога впереди, два tours en dehors в правую сторону.

2. *Battelements fondus на  $90^\circ$ . 4 такта по  $\frac{4}{4}$ .*

С правой ноги — два battements fondus в большой позе effacée вперед; с левой ноги — два в позе I arabesque, на  $\frac{2}{4}$  каждое; два battements fondus в сторону на  $90^\circ$ , на  $\frac{2}{4}$  каждое; на  $\frac{4}{4}$  — plié и tour en dehors в позе IV arabesque. Повторить все с другой ноги и исполнить в обратном направлении с tour в позе croisée вперед.

3. *Grands battements jetés balancés во II позицию. 8 тактов по  $\frac{2}{4}$ .*

Три grands battements с переменной ног назад, на  $\frac{1}{8}$  каждый, на третьем battement задержать работающую ногу на  $90^\circ$ . Повторить четыре раза и исполнить четыре раза с переменной ног вперед.

4. *Большое adagio. 12 тактов по  $\frac{4}{4}$ .*

Первый такт: grand plié в V позиции (правая нога впереди); с глубокого plié — два tours sur le cou-de-pied en dedans, закончить attitude effacée. Второй такт: из позы attitude — grand rond в сторону, в позу effacée вперед; relevé на полупальцы и опуститься в IV позицию effacée — grande préparation для tours en dedans. Третий такт: два tours в attitude effacée. Четвертый такт: из позы attitude — широкое tombé, chassé назад, закончить в V позицию, правая нога впереди; développé на полупальцах с правой ноги в позе croisée вперед, широкое tombé, chassé, закончить в IV позицию — grande préparation для tours en dedans. Пятый такт: два tours à la seconde en dedans. Шестой такт: из положения à la seconde — grand fouetté en tournant en dedans в позу IV arabesque и renversé en dehors с attitude, подняв в III позицию правую руку. Седьмой такт: с левой ноги — développé в позе croisée вперед и renversé

en dedans через позу écartée вперед. Восьмой такт: в точку 8 — pas couru вперед, закончить в маленькой позе effacée вперед на plié; левая нога носком в пол; четыре battements battus шестнадцатыми долями в effacée вперед и опуститься в позу effacée вперед носком в пол на plié. Повторить battements battus и позу, затем сделать один petit battement, перенести левую ногу назад, и développé в позу attitude effacée. Девятый такт: tour lent en dedans в attitude. Десятый такт: couru левой ногой на полупальцы и с правой ноги — grand fouetté effacée en dehors; широкий шаг назад на правую ногу на полупальцы и с левой ноги — grand fouetté effacée en dedans. Одиннадцатый такт: встать сверху на полупальцы на левую ногу и сделать один tour en dedans в позе I arabesque; plié на опорной ноге и второй tour в позе attitude effacée, закончить в V позицию, правая нога впереди. Двенадцатый такт: failli в IV позицию — préparation для tours sur le sou-de-pied en dehors, два tours, закончить в большой позе écartée назад, руки в III позиции, поставить правую ногу в V позицию сзади и исполнить soubresaut.

## *Allegro*

### *1. 16 тактов по 2/4.*

С правой ноги — три assemblés croisée вперед, с левой ноги — три assemblés croisée назад, на  $\frac{1}{8}$  каждое; с правой ноги на  $\frac{3}{4}$  — sissonne ouverte battue в сторону на  $45^\circ$ , assemblé; с левой ноги — два sissonnes fermées battues в маленькой позе croisée назад, на  $\frac{1}{4}$  каждый. Повторить с другой ноги и исполнить в обратном направлении.

### *2. 8 тактов по 2/4.*

С правой ноги — sissonne ouverte на  $45^\circ$  en tournant en dehors в маленькую позу effacée вперед, два cabrioles на  $45^\circ$  в позе effacée, assemblé, закончить в V позицию, правая нога сзади; sissonne ouverte на  $45^\circ$  en tournant en dedans в маленькую позу effacée назад два cabrioles на  $45^\circ$  в позе effacée, assemblé, закончить в V позицию, правая нога впереди. С левой ноги — два раза brisé dessus-dessous; с левой ноги — glissade в сторону без перемены ног, маленький cabriole fermé в сторону; с правой ноги — glissade в сторону без перемены ног и маленький cabriole fermé в сторону.

### *3. 8 тактов по 2/4.*

С правой ноги в точку 2 — grand jeté с V позиции в I arabesque и, не опуская левой ноги, — grand jeté назад, в заключение jeté правая нога открывается приемом développé effacée вперед на  $90^\circ$ , assemblé, закончить в V позицию, правая нога сзади, три entrechat-quatre, два grands pas de basque вперед. Повторить grands jetés с левой ноги в точку 8, три entrechat-quatre и два grands pas de basque назад.

4. 16 тактов по  $\frac{3}{4}$  (вальс).

Préparation — левая нога croisé вперед носком в пол. С правой ноги — glissade вперед в точку 2 без перемены ног и grand cabriole effacée вперед; с temps levé на опорной ноге обвести правую ногу effacé назад в I arabesque, закончить pas de bourrée с переменной ног en dehors. То же самое повторить с левой ноги и с правой. С левой ноги — glissade в сторону без перемены ног, grand fouetté sauté à la seconde — I arabesque, failli и entrechat-six de volé в позе écartée вперед.

5. 8 тактов по  $\frac{3}{4}$  (вальс).

По диагонали из точки 6 в точку 2 с правой ноги — glissade вперед без перемены ног, шесть grands jetés — pas de chat и вскочить на правую ногу на полупальцы в I arabesque.

6. 8 тактов по  $\frac{4}{4}$ .

V позиция, правая нога впереди. С правой ноги — grande sissonne ouverte в сторону; с temps levé на опорной ноге — demi-rond в III arabesque; temps levé с полуповоротом en dehors, одновременно правая нога делает passé на  $90^\circ$  с окончанием в позу croisée вперед на  $90^\circ$ , assemblé. Находясь лицом к точке 5, сделать с левой ноги grande sissonne ouverte в сторону, с temps levé на опорной ноге — demi-rond в позу croisée вперед, temps levé с полуповоротом en dedans (в точку 1), одновременно passé левой ногой на  $90^\circ$  в позу III arabesque, assemblé. Sissonne tombée effacée вперед на правую ногу, два grands cabrioles в позе I arabesque, assemblé и четыре entrechat-six. Повторить все с другой ноги.

7. Grand pirouette с relevé для мужского класса.

8. 16 тактов по  $\frac{2}{4}$ .

Семь brisés вперед с правой ноги, royale; семь brisés вперед с левой ноги, royale. То же повторить в обратном направлении. Комбинация исполняется в быстром темпе.

9. 4 такта по  $\frac{2}{4}$ .

Шестнадцать petits changements de pieds, на  $\frac{1}{8}$  каждый.

### ЧЕТВЕРТЫЙ ПРИМЕР ЭКЗЕРСИСА НА ПАЛЬЦАХ

1. 16 тактов по  $\frac{2}{4}$ .

С правой ноги — три échappés в IV позиции croisée, на  $\frac{1}{4}$  каждое; на  $\frac{1}{4}$  — поворот в V позиции в левую сторону. Повторить с другой ноги. С правой ноги — préparation с V позиции в V и три раза tour sur le sou-de-pied en dehors. Повторить préparation и tours с левой ноги. Повторить комбинацию с tours en dedans.

2. 16 тактов по  $\frac{2}{4}$ .

На  $\frac{1}{4}$  с правой ноги — двойной rond de jambe en l'air en dehors; на  $\frac{1}{4}$  — passé правой ногой по I позиции на demi-plié назад на  $45^\circ$ ; на  $\frac{2}{4}$  — pas de chat, pas de bourrée с переменной

ног en dehors. Повторить еще раз. Двойной rond de jambe en l'air en dedans с левой и с правой ноги, на  $\frac{2}{4}$  каждый; с правой ноги — пять *sissonnes simples en tournant* в правую сторону, из них два на  $\frac{1}{4}$  каждый, три на  $\frac{1}{8}$  каждый. Повторить все с другой ноги.

3. 32 такта по  $\frac{3}{4}$  (вальс).

V позиция, левая нога впереди. 4 такта: шаг с правой ноги в точку 2, с левой *grand fouetté effacée en dehors, plié-relevé* в attitude allongé. 4 такта: повторить *grand fouetté* и *relevé* в attitude. 4 такта: с левой ноги — *pas de bourrée suivi croisée* вперед, закончить *plié* на левой ноге, правой *dégagé* в сторону на  $45^\circ$ . 4 такта: два раза *tour fouetté en dedans, pas de bourrée dessus en tournant* и встать в V позицию на пальцы. 4 такта: шаг с левой ноги в точку 8, с правой — *grand fouetté effacée en dedans, plié-relevé* в позе effacée вперед. 4 такта: повторить *grand fouetté* и *relevé* в позе effacée. 4 такта: с левой ноги — *pas de bourrée suivi* в сторону, закончить в IV позицию *croisée*, левую ногу перенеся назад. 4 такта: *tour sur le cou-de-pied en dehors*, закончить в сторону на  $45^\circ$ ; два раза *tour fouetté en dehors* и *pas de bourrée dessous en tournant*.

4. 16 тактов по  $\frac{2}{4}$ .

Движение по диагонали из точки 6 в точку 2. Préparation на правой ноге, левая *croisé* сзади носком в пол. За тактом — *dégagé* левой ногой в сторону на *plié* и повернуться в точку 2. На  $\frac{2}{4}$  — *pas de bourrée dessus-dessous en tournant*; на  $\frac{2}{4}$  — *tour* и *tour en dehors* на левой ноге с *dégagé*; четыре раза *tour en dedans* на правой ноге с *coupé*, на  $\frac{1}{4}$  каждый; встать сверху на пальцы на правую ногу в I arabesque на  $90^\circ$ ; пять раз *plié-relevé* в позе arabesque, продвигаясь по диагонали назад, на  $\frac{1}{4}$  каждое, после пятого *relevé* на  $\frac{1}{4}$  — *coupé* на *plié* на левую ногу и на  $\frac{2}{4}$  два *tours sur le cou-de-pied en dedans* на правой ноге, закончить в V позицию, левая нога впереди. Шесть *sissonnes simples*, с правой и с левой ноги по очереди с переменной ног вперед и с небольшим продвижением по диагонали в точку 2, на  $\frac{1}{4}$  каждое; шестой *sissonne* закончить в IV позицию *croisée*, левая нога впереди; на  $\frac{2}{4}$  — два *tours sur le cou-de-pied en dehors*, закончить в V позицию, правая нога сзади. По диагонали наверх семь *jetés fondus* назад (мягкие шаги), с правой и с левой ноги по очереди, на  $\frac{1}{4}$  каждое; после седьмого *jeté fondu* на  $\frac{1}{4}$  вскочить на пальцы на правую ногу в позу I arabesque на  $90^\circ$ .

5. 8 тактов по  $\frac{2}{4}$ .

Шестнадцать *tours fouettés*, на  $\frac{1}{4}$  каждый.

6. 8 тактов по  $\frac{2}{4}$ .

Встать в V позицию на пальцы. Восемь *grand battements jetés* в сторону, с правой и с левой ноги по очереди и с переменной ног назад, восемь *grands battements jetés* с переменной ног вперед, на  $\frac{1}{4}$  каждый.



# Восьмой класс

Развитие виртуозности и артистичности.

## ПЕРВЫЙ ПРИМЕР УРОКА

### Экзерсис у палки

#### 1. 16 тактов по $\frac{4}{4}$ .

По два *demi-pliés* и по два *grands pliés* в I и II позициях; по два *grands pliés* в IV и V позициях, на  $\frac{4}{4}$  каждое; два *port de bras* с перегибом корпуса назад; одно *port de bras* с перегибом корпуса в сторону к палке и одно с перегибом в сторону от палки, на  $\frac{4}{4}$  каждое.

#### 2. *Battements tendus*. 32 такта по $\frac{2}{4}$ .

По два *battements tendus* в *demi-plié* — вперед, в сторону, назад и в сторону, на  $\frac{1}{4}$  каждое; четыре в сторону на вытянутой опорной ноге, на  $\frac{1}{4}$  каждое, три и три на  $\frac{1}{8}$  каждое. Повторить в обратном направлении. *Battements tendus jetés*: семь вперед, семь в сторону, на  $\frac{1}{8}$  каждое; *battements tendus jetés* в I позицию — четыре раза по пять, на  $\frac{1}{16}$  каждое, с остановкой на  $45^\circ$  на каждом пятом *jeté*. Повторить *battements tendus jetés* в обратном направлении.

#### 3. *Ronds de jambe par terre*. 24 такта по $\frac{2}{4}$ .

*En dehors*: четыре *ronds de jambe par terre*, на  $\frac{1}{4}$  каждый, три на  $\frac{1}{8}$  каждый, пять на  $\frac{1}{16}$  каждый, закончить вперед носком в пол; быстрое *passé* по I позиции (*jetés*) назад — вперед — назад, вперед — назад — вперед на  $45^\circ$ , на  $\frac{1}{8}$  каждое; три *grands ronds de jambe jetés en dehors*, на  $\frac{1}{4}$  каждый, и два на  $\frac{1}{8}$  каждый. Повторить все *en dedans* и на 8 тактов сделать обвод на *plié en dedans — en dehors, relevé* назад на  $90^\circ$  с подъемом на полупальцы и *port de bras* с перегибом корпуса.

#### 4. *Battements fondus* на $45^\circ$ . 24 такта по $\frac{2}{4}$ .

На  $\frac{2}{4}$  — *fondus* вперед; на  $\frac{2}{4}$  — *plié* и *relevé* с полуповоротом от палки (работающая нога вытянута вперед); на  $\frac{2}{4}$  — *passé* по I позиции на *demi-plié* назад и полуповорот на полупальцах к палке, в заключение работающая нога впереди на  $45^\circ$ ; на

$\frac{2}{4}$  — plié-relevé с demi-rond в сторону; на  $\frac{2}{4}$  — два pliés-relevés; на  $\frac{2}{4}$  — plié и два tours sur le cou-de-pied en dehors; два doubles fondus в сторону, на  $\frac{2}{4}$  каждое. Повторить все в обратном направлении. Frappés: в сторону шесть, на  $\frac{1}{8}$  каждое, и на  $\frac{2}{8}$  — flic-flac en tournant en dedans с остановкой в сторону на  $45^\circ$ . Повторить frappés, flic-flac en tournant сделать en dehors; три doubles frappés, на  $\frac{1}{8}$  каждое, повторить еще два раза и на  $\frac{2}{4}$  исполнить flic-flac en tournant en dedans с остановкой в позу écartée вперед на  $90^\circ$ .

5. *Ronds de jambe en l'air. 8 тактов по  $\frac{4}{4}$ .*

Четыре ronds de jambe en l'air en dehors, на  $\frac{1}{4}$  каждый, пять и пять — на  $\frac{1}{16}$  каждый; на  $\frac{4}{4}$  — développé в позу écartée назад и два ronds de jambe en l'air en dehors на  $90^\circ$ ; на  $\frac{4}{4}$  — demi-rond в attitude effacée, flic-flac en tournant en dehors с окончанием в большую позу effacée вперед, затем опустить работающую ногу на  $45^\circ$ , проведя ее в сторону II позиции. Повторить все en dedans.

6. *Petits battements sur le cou-de-pied. 16 тактов по  $\frac{2}{4}$ .*

Восемь doubles frappés в сторону носком в пол во II позицию с двойным переносом ноги sur le cou-de-pied, с подъемом опорной ноги на полупальцы и с опусканием на всю ступню, на  $\frac{1}{4}$  каждое; двадцать восемь petits battements, на  $\frac{1}{16}$  каждый, и на  $\frac{1}{4}$  опуститься на demi-plié, работающую ногу открыть в сторону носком в пол. Все повторить.

7. *Battements développés. 32 такта по  $\frac{3}{4}$  (вальс).*

4 такта: développé вперед на полупальцах, demi-rond в сторону, passé на  $90^\circ$  в attitude effacée. 4 такта: два раза поворот fouetté en dedans с окончанием в позу attitude effacée, провести работающую ногу в позу écartée вперед, закончить в V позицию. 4 такта: développé назад на полупальцах, demi-rond в сторону, passé на  $90^\circ$  в позу effacée вперед. 4 такта: два раза поворот fouetté en dehors с окончанием в позу effacée вперед, провести работающую ногу в позу écartée назад, закончить в V позицию. 4 такта: développé в сторону на полупальцах, demi-rond вперед, passé на  $90^\circ$  в позу écartée назад. 4 такта: два коротких balancés tombé к V позиции на plié на правую ногу и développé левой ногой вперед с перегибом корпуса назад, закончить в V позицию. 4 такта: développé в сторону на полупальцах, demi-rond назад, passé на  $90^\circ$  в позу écartée вперед. 4 такта: два коротких balancés, tombé к V позиции на plié на правую ногу, с левой — поза arabesque на  $90^\circ$  и полуповорот на полупальцах к палке. В заключение левая нога впереди на  $90^\circ$ , левая рука в III позиции.

8. *Grands battements jetés. 8 тактов по  $\frac{2}{4}$ .*

Grand battement вперед с demi-rond в сторону и окончанием носком в пол во II позицию. С носка сделать следующий grand battement в сторону с demi-rond назад и окончанием сзади носком в пол. Затем то же исполнить назад — в сторону и

в сторону — вперед, на  $\frac{1}{4}$  каждый *grand battement*. Два *grands battements* вперед в V позицию и два в сторону, на  $\frac{1}{4}$  каждый. Повторить все в обратном направлении.

### *Экзерсис на середине зала*

#### *1. Маленькое adagio и battements tendus. 4 такта по $\frac{1}{4}$ .*

Первый такт: *grand plié* в V позиции (правая нога вперед); с глубокого *plié* — полтора *tour en dedans* на правой ноге в большой позе *croisée* вперед, с окончанием в IV *arabesque*. Второй такт: наклон вниз и подъем корпуса в позе *arabesque*. Третий такт: из позы *arabesque* полуоборот *en dehors* в à la seconde и половина *tour lent en dehors* до точки I. Четвертый такт: *passé* по I позиции в III *arabesque* на *demi-plié* и быстрый поворот *en dehors* на полупальцах с *passé* на  $90^\circ$  в позу *effacée* вперед; закончить в V позицию, левая нога сзади.

*Battements tendus* и *tours* — 8 тактов по  $\frac{1}{4}$ . С правой ноги — четыре *battements tendus* в маленькой позе *croisés* вперед; с левой ноги — четыре в маленькой позе *croisée* назад, на  $\frac{1}{4}$  каждое; с правой ноги — три *battements tendus* в сторону, на  $\frac{1}{4}$  каждое, и на  $\frac{1}{4}$  — *tour sur le cou-de-pied en dehors* в V позиции. Повторить *battements tendus* в сторону и *tour* с V позиции сделать *en dedans*. *Battements tendus jetés*: семь в сторону, на  $\frac{1}{8}$  каждое, и на  $\frac{1}{4}$  — *préparation* и два *tours sur le cou-de-pied en dehors* со II позиции. Повторить *battements tendus jetés* и сделать три *tours en dehors* со II позиции.

#### *2. Battements fondus на $90^\circ$ . 8 тактов по $\frac{1}{4}$ .*

Первый такт: с правой ноги — два *battements fondus* на  $90^\circ$  в позе *effacée* вперед. Второй такт: опуститься на правую ногу в IV позицию *effacée* и исполнить два *tours en dedans* в *attitude effacée* на правой ноге. Третий такт: *tombé* назад на левую ногу и *tour en dehors* в позе III *arabesque*, *plié* и два *tours tirbouchon en dehors*. Четвертый такт: из положения *tirbouchon* опустить правую ногу на  $45^\circ$  вперед в полусогнутое положение и сделать *renversé en dehors* с *grand rond de jambe en dehors*. Заканчивая *renversé pas de bourrée*, упасть на *plié* на правую ногу и исполнить на ней два *tours sur le cou-de-pied en dedans*, закончить *souré* на полупальцы на левую ногу, правую открытой в сторону на  $45^\circ$ . Пятый и шестой такты: с правой ноги — семь и еще раз семь *grappés* в сторону, на  $\frac{1}{8}$  каждое. Седьмой такт: с правой ноги — два *fondus* на  $90^\circ$  в позе *effacée* назад. Восьмой такт: *tombé* назад на правую ногу и два *tours en dehors* в позе *effacée* вперед, левая рука на III позиции, правая на I, кисти в положении *arabesque*.

#### *3. Большое adagio. 8 тактов по $\frac{1}{4}$ .*

Первый такт: *grand plié* в V позиции (правая нога вперед), с глубокого *plié* — *grande sissonne ouverte* на правую ногу в позу III *arabesque*. Второй такт: *tour lent en dehors* на *plié*

в позе arabesque. Третий такт: подняться на полупальцы в attitude croisée и на первые две четверти такта исполнить grand port de bras с окончанием в IV позицию — grande préparation для tours en dedans; два tours в позе croisée вперед. Четвертый такт: из позы croisée исполнить renversé en dedans, быстрое développé с левой ноги на полупальцах в attitude croisée, tombé и chassé назад. Пятый такт: с правой ноги — préparation и два tours à la seconde en dehors со II позиции. Шестой такт: из положения à la seconde сделать renversé (attitude) en dehors, шаг левой ногой в сторону и шаг вперед на правую ногу в IV arabesque на 90°. Седьмой такт: с IV arabesque — renversé en écarté, plié в позе écartée назад и шаг в точку 6 на левую ногу в I arabesque на 90°. Восьмой такт: plié в позе arabesque grand jeté на правую ногу в I arabesque в точку 2, pas de bourrée с переменной ног en dehors, закончить в IV позицию — préparation для tours sur le cou-de-pied en dehors и три tours en dehors в правую сторону с остановкой в позе III arabesque носком в пол на plié.

### *Allegro*

#### *1. 16 тактов по $\frac{2}{4}$ .*

Четыре assemblés battus с правой и левой ноги по очереди с переменной ног вперед, на  $\frac{1}{4}$  каждое; два échappés battus во II позицию с переменной ног, на  $\frac{2}{4}$  каждое. Все повторить и исполнить в обратном направлении.

#### *2. 16 тактов по $\frac{2}{4}$ .*

С правой ноги — sissonne ouverte на 45° en tournant en dehors в маленькую позу croisée вперед, assemblé; sissonne ouverte на 45° en tournant en dehors в маленькую позу écartée назад, assemblé. Три brisés перед en tournant en dedans (в левую сторону) с полным поворотом, dégagé правой ногой effacé назад и pas de bourrée с переменной ног. Двойной rond de jambe en l'air sauté en dehors, assemblé, с правой, с левой и с правой ноги; entrechat-cinque назад с правой ноги, короткое coupé и с левой ноги — assemblé вперед в маленькой позе croisée. Повторить все с другой ноги. То же исполнить в обратном направлении.

#### *3. 16 тактов по $\frac{3}{4}$ (вальс).*

С правой ноги — grande sissonne ouverte en tournant en dehors в позу écartée назад, assemblé; grande sissonne ouverte на правую ногу в позу IV arabesque, с полным поворотом в правую сторону, assemblé. Два grands pas de basque вперед, с правой и с левой ноги. Sissonne tombée на правую ногу вперед в точку 4 и grand cabriole в I arabesque, второй cabriole в I arabesque с поворотом в точку 6, третий cabriole с поворотом в точку 8. С полуповоротом налево — glissade с левой ноги

в сторону (спиной в точку 1), *grand jeté* в III *arabesque* в точку 2 на левую ногу, с правой ноги — *glissade* вперед в точку 2 и *pas ciseaux*.

4. 16 тактов по  $\frac{3}{4}$  (вальс).

По диагонали из точки 6 в точку 2 с правой ноги — *pas souli* и *grand jeté* в *attitude croisée*. Повторить. С правой ноги — *glissade* вперед, *grand cabriole* в позе *effacée* вперед и два маленьких *jetés*; по диагонали наверх в точку 6 — *jeté entrelacé* на *croisé* с *chassé* (руки в III позиции), исполнить три раза; встать сверху на полупальцы на правую ногу, быстро повернуться в точку 6 и сделать два *tours sur le sou-de-pied en dedans*, закончив в позе *effacée* назад на  $90^\circ$ , руки в положении *allongé*.

5. 32 такта по  $\frac{3}{4}$  (вальс).

16 тактов: *réparation* — правая нога *croisé* вперед носком в пол. С левой ноги — *glissade* в сторону без перемены ног, *grand cabriole fouetté à la seconde* — I *arabesque*, проходящее *pas de bourrée* с переменной ног *en dehors*, в заключение *sissonne simple* в маленькой позе *croisée* на левой ноге, правая *sur le sou-de-pied* сзади. То же повторить с правой и с левой ноги. С правой ноги — *glissade* в сторону без перемены ног, *grand cabriole fouetté à la seconde* — I *arabesque* и *grand fouetté sauté en tournant en dedans* в III *arabesque*. 16 тактов: по диагонали в точку 2 с правой ноги — *chassé effacé* вперед и два *tours en l'air* в правую сторону; с левой ноги — *chassé croisé* вперед и два *tour en l'air* в левую сторону; с правой ноги — *chassé effacé* вперед и два *tours en l'air* в правую сторону; с левой ноги — большое *sissonne tombée* в сторону, проходящее *pas de bourrée* с переменной ног *en dehors*; с левой ноги — маленькое *assemblé* в сторону, закончить в V позицию, левая нога впереди, корпус наклонить налево; *sissonne soubresaux* на левую ногу в позу *effacée* назад *allongé*. (Последние 16 тактов этой комбинации в женском классе не исполняются.)

6. 4 такта по  $\frac{4}{4}$ .

По диагонали из точки 6 в точку 2 с правой ноги — два *jetés par terre*, на  $\frac{2}{4}$  каждое; четыре на  $\frac{1}{4}$  каждое; на  $\frac{2}{4}$  встать на правую ногу на полупальцы в I *arabesque* в точку 2 и опуститься в V позицию на *demi-plié*, левая нога впереди; на  $\frac{2}{4}$  — *sissonne tombée en tournant en dehors croisé* вперед на правую ногу (поворот в правую сторону) и на  $\frac{4}{4}$  — *tours chaînés* с правой ноги в направлении *croisé*, в заключение встать в позу *croisée* на правую ногу, левая нога сзади носком в пол.

7. 8 тактов по  $\frac{2}{4}$ .

Четыре *entrechat-six*, на  $\frac{1}{4}$  каждый; семь *petits changements de pieds*, на  $\frac{1}{8}$  каждый. Повторить.<sup>1</sup>

<sup>1</sup> Как обычно, каждый урок заканчивается *port de bras* с перегибом корпуса.

## ПЕРВЫЙ ПРИМЕР ЭКЗЕРСИСА НА ПАЛЬЦАХ<sup>1</sup>

### 1. 8 тактов по $\frac{1}{4}$ .

Три *sissonnes simples* с переменной ног назад, с правой, с левой и с правой ноги, на  $\frac{1}{4}$  каждый; на  $\frac{1}{4}$  — *grande sissonne ouverte* в attitude croisée, правая рука в III позиции, левая в I. Повторить с другой ноги.

На  $\frac{1}{4}$  с правой ноги — *préparation* с V позиции в V и три раза *tour sur le cou-de-pied en dehors*. На  $\frac{1}{4}$  с левой ноги — *préparation* с V позиции в V и три раза *tour en dehors*. Все повторить.

### 2. 16 тактов по $\frac{3}{4}$ (вальс).

*Préparation* — правая нога croisé сзади носком в пол. 4 такта: шаг на пальцы на правую ногу в точку 2 и *grand fouetté effacée en dehors, failli, grand assemblé* в позе écartée вперед. 4 такта: с правой ноги — четыре *sissonnes simples en tournant* (в правую сторону). 4 такта: встать сверху в точку 2 на правую ногу и сделать *tour en dedans sur le cou-de-pied*, правая рука в III позиции, левая в I, поставить на пальцы левую ногу и исполнить *tour en dehors*, подняв левую руку в III позицию и опустив правую в I; *plié* на левой ноге и два *tours en dedans* на правой ноге; закончить на *plié* в V позиции, левая нога впереди, быстрый поворот на пальцах в V позиции (в правую сторону), подняв руки в III позицию. 4 такта: *préparation* с V позиции в IV и два *tours sur le cou-de-pied en dehors*.

### 3. 32 такта по $\frac{3}{4}$ (вальс).

4 такта: с правой ноги — *grande sissonne ouverte* в attitude croisée, *plié* на опорной ноге (не опускаясь в V позицию) и *renversé en dehors*. 4 такта: с левой ноги — *grande sissonne ouverte* в III arabesque, *plié* на опорной ноге и два *tours tirbouchon en dehors*, закончить в V позицию. 4 такта: *dégagé* правой ногой в сторону носком в пол и *pas de bourrée suivi* по прямой линии влево, правая нога впереди. 4 такта: с правой ноги — *grande sissonne ouverte* в позу croisée вперед, *plié* на опорной ноге и *renversé en dedans*. 4 такта: с левой ноги — *grande sissonne ouverte* в attitude croisée и *renversé en dehors*. 4 такта: с правой ноги — *grande sissonne ouverte* в III arabesque, *plié* и два *tours tirbouchon en dehors*. 4 такта: с правой ноги по диагонали в точку 2 — четыре раза *tours glissades en tournant*. 4 такта: *tours chaînés*, закончить на последнюю четверть такта позы I arabesque на 90°.

### 4. 4 такта по $\frac{1}{4}$ .

*Préparation* — правая нога croisé вперед носком в пол. Первый такт: *plié* на правую ногу и половина *tour en dedans* в at-

<sup>1</sup> В соответствии с пройденной программой в конце уроков проводится танцевальная литература из репертуара балетных спектаклей.

titude effacée, plié в attitude и вторая половина tour, plié и целый tour, закончить passé по I позиции левой ногой вперед на plié в позу IV arabesque, правая нога носком в пол. Второй такт: coupé правой ногой и повторить все tours с левой ноги. Третий такт. coupé левой ногой и с правой — pas de bourrée suivi в направлении croisé вперед. Четвертый такт: с правой ноги — préparation с V позиции в IV, два tours sur le cou-de-pied en dedans, закончить в V позицию, правая нога впереди, и вскочить на правую ногу на пальцы в attitude croisée allongé.

5. 8 тактов по  $\frac{2}{4}$ .

Восемь tours fouetté на  $45^\circ$ : с правой ноги en dehors, с левой en dedans, по очереди; восемь tours fouetté на  $45^\circ$  с правой ноги en dehors.

## ВТОРОЙ ПРИМЕР УРОКА

*Экзерсис на середине зала*

1. *Маленькое adagio и battements tendus. 8 тактов по  $\frac{4}{4}$ .*

Первый такт: demi-plié в V позиции (правая нога впереди), руки открыты в сторону на полувысоту; два tours sur le cou-de-pied en dehors на левой ноге, подняв руки в III позицию; закончить demi-plié на левой ноге, правую открыты effacé вперед на  $45^\circ$ , руки опустить на II позицию. Второй такт: встать на правую ногу в attitude effacée и сделать половину tour lent en dedans до точки 6, passé по I позиции в позу croisée вперед на  $90^\circ$  на полупальцах. Третий такт: широкое tombé на plié на левую ногу, правую поднять сзади на  $90^\circ$ , корпус опустить вниз и, вытянув колено опорной ноги, повернуться en dehors в позу écartée вперед. Четвертый такт: plié в позе écartée, встать сверху на полупальцы на правую ногу и сделать полтора tour en dedans в attitude effacée, подняв левую руку в III позицию, правую в I; закончить позой attitude croisée, повернув кисти рук в положение arabesque, взгляд на левую кисть. Пятый такт: из позы attitude встать в IV позицию croisée, опустив правую руку на II позицию, левую на I; grand plié, с глубокого plié — tour en dehors на правой ноге в IV arabesque. Шестой такт: plié-relevé в позе arabesque с поворотом en dehors в точку 4 в позу croisée вперед, руки поднять в III позицию, повернуться en dehors (на полупальцах) в I arabesque в точку 2, исполнив при этом левой ногой grand rond en dehors. Седьмой такт: tombé назад на левую ногу и два tours en dehors в III arabesque. Восьмой такт: из позы arabesque — renversé en dehors, закончить в V позицию и с левой ноги исполнить glissade en tournant en dehors в левую сторону.

Battements tendus — 4 такта С правой ноги — восемь battements tendus в сторону, на  $\frac{1}{4}$  каждое, шестнадцать battements tendus jetés, на  $\frac{1}{8}$  каждое. 2 такта: с левой ноги — préparation

с V позиции назад в IV и *tour sur le cou-de-pied en dedans* в правую сторону; закончить в IV позицию, левая нога впереди; два *tours en dedans* в левую сторону, закончить в IV позицию, правая нога впереди, и три *tours en dedans* в правую сторону.

2. *Battements fondus* на 45°. 8 тактов по  $\frac{1}{4}$ .

С правой ноги — три *fondus* в маленькой позе *effacée* вперед, на  $\frac{1}{4}$  каждое; на  $\frac{1}{4}$ , оставаясь на полупальцах, провести работающую ногу в маленькую позу *effacée* назад. Три *fondus* в позе *effacée* назад, на  $\frac{1}{4}$  каждое; на  $\frac{1}{4}$  провести работающую ногу в маленькую позу *effacée* вперед; на  $\frac{1}{4}$  — *tombé* вперед на правую ногу и *tour sur le cou-de-pied en dedans*; на  $\frac{1}{4}$  — *tombé* к V позиции на левую ногу и *tour sur le cou-de-pied en dehors*; на  $\frac{2}{4}$  — два *tours temps relevé en dehors* на левой ноге, закончить *développé* вперед на полупальцах; на  $\frac{2}{4}$  — *grand rond* в *attitude croisée*; на  $\frac{2}{4}$  — *renversé en dehors* и открыть левую ногу в сторону на 45°. С левой ноги — четырнадцать *petits battements en tournant en dedans*, на  $\frac{1}{8}$  каждый; на  $\frac{1}{4}$  опуститься на *plié* на левую ногу, правую вытянуть *croisé* назад носком в пол. На  $\frac{2}{4}$  — *tombé* на *plié* на правую ногу в точку 5 и полтора *tour sur le cou-de-pied en dedans*, закончить в позе *croisée* вперед на 90°; на  $\frac{2}{4}$  — *renversé en dedans*; на  $\frac{4}{4}$  — шаг вперед на правую ногу в позу IV *arabesque* на 90° и *renversé en écartée*.

3. *Большое adagio*. 16 тактов по  $\frac{3}{4}$  (вальс).

V позиция, правая нога впереди. 4 такта: *grand échappé* во II позицию и два *tours à la seconde en dehors* на левой ноге; не опуская правой ноги — *plié* на левой и два *tours tirbouchon en dehors*, закончить в V позицию, правая нога сзади. 4 такта: *grand échappé* в IV позицию *croisé* и два *tours en dedans* в I *arabesque* на левой ноге; 4 такта: из позы *arabesque* — *grand fouetté en tournant en dedans* в III *arabesque* и в I *arabesque*. 4 такта: из позы *arabesque* — шаг-супрe вперед правой ногой и *pas ciseau, failli* и *entrechat-six de volé* в позе *écartée* вперед.

## *Allegro*

1. 16 тактов по  $\frac{2}{4}$ .

Два *assemblés battus* с правой и с левой ноги, с переменной ног вперед, на  $\frac{1}{4}$  каждое; три *assemblés* без заноски, на  $\frac{1}{8}$  каждое; на  $\frac{1}{4}$  — *sissonne ouverte battue* в сторону на 45°; на  $\frac{1}{4}$  — *pas de bourrée dessous en tournant*; три *brisés* вперед, на  $\frac{1}{8}$  каждое. Повторить с другой ноги и исполнить все в обратном направлении.

2. 8 тактов по  $\frac{3}{4}$ .

Первый такт: с правой ноги — *sissonne soubresaut battitude croisée, assemblé, entrechat-quatre*. Второй такт: с правой



ноги — *sissonne soubresaut* в attitude effacée, assemblé, entrechat-quatре, закончить в V позицию, левая нога впереди. Третий такт: с левой ноги — *sissonne renversée en dehors*, entrechat-quatре. Четвертый такт: с левой ноги — *glissade* в сторону, *grand assemblé battu*, entrechat-quatре. Пятый такт: с левой ноги — *grande sissonne ouverte* в позе croisée вперед, passé на 90° в I arabesque с temps levé на правой ноге, assemblé. Шестой такт: с левой ноги — *sissonne renversée en dedans*, entrechat-quatре. Седьмой такт: с левой ноги — *glissade* в сторону, entrechat-six de volé в сторону, relevé в V позиции на полупальцы. Восьмой такт: три entrechat-six.

### 3. 16 тактов по $\frac{3}{4}$ (вальс).

V позиция, правая нога впереди. 4 такта: по прямой линии из точки 7 в точку 3 с правой ноги — *chassé* и *saut de basque*, *chassé* и *grand cabriole* в I arabesque в точку 3. 4 такта: из точки 3 в точку 7 с левой ноги — *chassé* и *saut de basque*, *chassé* и *grand cabriole* в I arabesque в точку 7. 4 такта: с правой ноги — *chassé*, *saut de basque* и *sissonne renversée en dehors* с *grand rond de jambe en dehors*, закончить в V позицию, правая нога впереди. 4 такта: по диагонали в точку 2 — три *jetés par terre*, четвертое *jeté* сделать только наполовину, то есть остановиться в I arabesque на plié.

### 4. 16 тактов по $\frac{3}{4}$ (вальс).

8 тактов: по диагонали из точки 2 в точку 6 — три *jetés entrelacés* в I arabesque с *chassé*, шаг назад на левую ногу, на правую, встать в *préparation* — левая нога croisé вперед носком в пол. 8 тактов: с правой ноги по диагонали в точку 2 — *glissade* вперед и семь *grands jetés — pas de chat*.

### 5. 8 тактов по $\frac{2}{4}$ .

Встать на левую ногу в точку 8 в I arabesque, правая нога носком в пол, и, двигаясь по кругу вдоль точек 1, 2, 3, 4 и 5, сделать пять *jetés entrelacés* с *chassé*, на пятом *jeté* достигнуть точки 6. На шестом *chassé* повернуться на диагональ из точки 6 в точку 2 и исполнить шестое *jeté entrelacé* по диагонали вниз, оставаясь лицом к точке 6. Быстро повернуться к точке 2 и, перейдя на правую ногу, исполнить *tours chaînés*.<sup>1</sup>

### 6. 16 тактов по $\frac{2}{4}$ .

V позиция, левая нога впереди. Семь *brisés* вперед en tournant en dedans (повороты в левую сторону), быстрое *dégagé* правой ногой effacé назад на 45° и *pas de bourrée* с переменной ног en dehors. С левой ноги исполнить три раза *brisé dessus-dessous*, *pas de bourrée en tournant en dehors* и *royale*. Повторить все с другой ноги.

---

<sup>1</sup> По мере усвоения *jetés entrelacés* по кругу можно исполнять в темпе вальса.

7. 16 тактов по  $\frac{3}{4}$  (вальс).

Двенадцать *entrechat-six* (начать с правой ноги); с правой ноги — *préparation* с V позиции в V на полупальцах и два *tours sur le cou-de-pied en dehors*; с левой ноги — *relevé* в V позиции на полупальцах и два *tours sur le cou-de-pied en dehors*.<sup>1</sup>

8. 8 тактов по  $\frac{2}{4}$ .

Три *petits changements de pieds*, еще раз три и семь, на  $\frac{1}{8}$  каждый. Повторить.

## ВТОРОЙ ПРИМЕР ЭКЗЕРСИСА НА ПАЛЬЦАХ

1. 16 тактов по  $\frac{2}{4}$ .

V позиция, правая нога впереди. Четыре *échappés* с переменной ног во II позицию, на  $\frac{1}{4}$  каждое; три *sissonnes simples*, с переменной ног назад, на  $\frac{1}{4}$  каждый, третий *sissonne* закончить в IV позицию и сделать *tour sur le cou-de-pied en dehors*. Повторить все с другой ноги и исполнить в обратном направлении. *Tours sur le cou-de-pied en dedans* заканчивать в V позицию вперед.

2. 16 тактов по  $\frac{3}{4}$  (вальс).

4 такта: двойной *rond de jambe en l'air en dehors* с правой и с левой ноги. 4 такта: *jeté* на правую ногу в III *arabesque* на  $90^\circ$ , *plié-relevé* в *attitude croisée*. 4 такта: *jeté* в сторону на левую ногу, правая *sur le cou-de-pied* сзади и, не опускаясь в V позицию, сделать *plié* на левой ноге и *sissonne ouverte en tournant en dehors* в маленькую позу *croisée* вперед, закончить в V позицию. 4 такта: двойной *rond de jambe en l'air en dedans* с левой ноги и *pas de bourrée suivi* в направлении *croisé* вперед. Повторить все с другой ноги.

3. 8 тактов по  $\frac{4}{4}$ .

Встать на правую ногу в большую позу *croisée* назад носком в пол. Первый такт: *grand port de bras* с окончанием в IV позицию — *grande préparation* для *tours en dedans*. Второй такт: *tour à la seconde en dedans* на правой ноге, *plié, pas de bourrée dessus en tournant*, сделать шаг назад на левую ногу и вскочить на пальцы на правую в *à la seconde*. Третий такт: *grand fouetté en tournant en dedans* в III *arabesque* и в I *arabesque*. Четвертый такт: шаг назад на пальцы на левую ногу и поворот в V позиции (в правую сторону), шаг в сторону на *plié* на левую ногу и *renversé en dehors* (с *attitude*), *passé* по I позиции правой ногой вперед на *plié* в позу IV *arabesque*, левая нога носком в пол. Пятый и шестой такты: *soupiré* левой ногой на *plié* и по диагонали в точку 2 сделать четыре раза на правой

<sup>1</sup> В мужском классе *tours sur le cou-de-pied* заменяются *relevé* в V позиции на полупальцы и двумя *tours en l'air* с правой и с левой ноги.

nore tour en dedans в attitude effacée с couqué. Седьмой и восьмой такты: сделать шаг на правую ногу, повернувшись фигурой в точку 5, и pas de bourrée suivi по прямой линии к точке 7 (спиною к зеркалу); на последние две четверти восьмого такта опуститься с поворотом к зеркалу на правую ногу на plié, исполнить dégagé левой ногой в сторону на 45° и два tours sur le cou-de-pied en dehors на левой ноге, закончить в IV позицию, левую руку поднять на III позицию, правую на II.<sup>1</sup>

#### 4. 4 такта по $\frac{2}{4}$ .

За тактом — demi-plié на правой ноге, левая sur le cou-de-pied сзади, и couqué на левую ногу на пальцы. Четырнадцать ronds de jambe en l'air с прыжками на пальцах и с продвижением по диагонали в точку 2, на  $\frac{1}{8}$  каждый; на  $\frac{1}{4}$  опуститься в V позицию на demi-plié и встать на пальцы.

5. Tours fouettés на 45° — тридцать два (учитывать индивидуальные возможности учащихся).

### ТРЕТИЙ ПРИМЕР УРОКА

#### Экзерсис на середине зала

##### 1. Маленькое adagio и battements tendus. 4 такта по $\frac{4}{4}$ .

Первый такт: grand plié в V позиции (правая нога вперед); с глубокого plié — два tours tirbouchon en dehors, закончить в позе écartée назад. Второй такт: tour lent en dehors в позе écartée; заканчивая поворот, провести правую ногу в I arabesque. Третий такт: plié в позе arabesque, встать на правую ногу на полупальцы и сделать два tours en dehors в attitude croisée, правая рука в III позиции, левая в I; закончить tours в позе IV arabesque. Четвертый такт: plié в arabesque, tour en dedans в позе croisée вперед и renversé en dedans.

Battements tendus — 4 такта. С правой ноги — два battements tendus в позе écartée назад, на  $\frac{1}{4}$  каждое, пять battements tendus jetés, на  $\frac{1}{16}$  каждое; с левой ноги — два battements tendus в позе croisée назад, на  $\frac{1}{4}$  каждое, пять battements tendus jetés, на  $\frac{1}{16}$  каждое; с правой ноги два battements tendus и пять battements tendus jetés в позе croisée вперед, с левой — два battements tendus и пять battements tendus jetés в позе écartée вперед. 2 такта: с правой ноги — pas de basque вперед с окончанием в IV позицию — préparation для tours, один, два и три tours sur le cou-de-pied en dehors.

##### 2. Battements fondus. 4 такта по $\frac{4}{4}$ .

С правой ноги — два fondus на 45° в сторону, на  $\frac{1}{4}$  каждое, на  $\frac{2}{4}$  — одно fondu на 90°. Исполнить три раза, затем сделать tombé с 90° на правую ногу и на  $\frac{4}{4}$  — два tours à la seconde en dedans, plié и два tours tirbouchon en dedans.

<sup>1</sup> Повторить комбинацию с двумя tours à la seconde en dedans.

### 3. Ronds de jambe en l'air. 8 тактов по $\frac{1}{4}$ .

С правой ноги — пять ronds de jambe en l'air en dehors, на  $\frac{1}{16}$  каждый; на  $\frac{2}{4}$  — tombé к V позиции на plié на правую ногу, левая sur le sou-de-pied сзади и souрe на левую ногу на полупальцы, правую открыть в сторону на  $45^\circ$ . Пять ronds de jambe en l'air en tournant en dehors до точки 5, на  $\frac{1}{16}$  каждый; на  $\frac{2}{4}$  — plié в V позиции, правая нога сзади, полуповорот на полупальцах в точку 1, в заключение правая нога впереди. На  $\frac{2}{4}$  с шагом в точку 2 на правой ноге — два tours sur le sou-de-pied en dedans, souрe и на  $\frac{2}{4}$  повторить два tours, закончив их в большой позе croisée вперед. Tombé вперед на левую ногу и на  $\frac{2}{4}$  — pas ciseau, шаг-souрe вперед и на  $\frac{2}{4}$  повторить pas ciseau. Souрe на полупальцы на левую ногу, правую открыть в сторону на  $45^\circ$ ; пять и еще раз пять ronds de jambe en l'air en dedans, на  $\frac{1}{16}$  каждый, на последнем rond de jambe — plié на опорной ноге. На  $\frac{2}{4}$  встать с шагом в сторону на правую ногу и сделать два tours sur le sou-de-pied en dehors с окончанием в attitude croisée. Tombé назад на левую ногу и на  $\frac{2}{4}$  — pas ciseau назад, шаг-souрe назад и на  $\frac{2}{4}$  повторить pas ciseau. На  $\frac{2}{4}$  из заключительной позы effacée вперед на plié, passé по I позиции в позу III arabesque на полупальцы и на  $\frac{2}{4}$  — renversé en dehors. На  $\frac{2}{4}$  с правой ноги — gargouillade en dedans.

### 4. Большое adagio. 32 такта по $\frac{3}{4}$ (вальс).

Большая поза croisée назад на правой ноге, левая вытянута носком в пол. 4 такта: grand port de bras с окончанием в IV позицию — grande préparation для tours en dedans. 4 такта: два tours в I arabesque. 4 такта: в позе arabesque наклониться вниз и подняться в исходное положение. 4 такта: grand gouetté en tournant en dedans в III arabesque, relevé в attitude croisée на полупальцы, широкое tombé назад, chassé, закончить в V позицию, и быстрое développé с правой ноги в позу écartée назад. 4 такта: широкое tombé, chassé в позу écartée назад, закончить в V позицию, левая нога впереди, и шаг вперед на левую ногу в позу IV arabesque на  $90^\circ$ . 4 такта: renversé en écarté, второе renversé en écarté непосредственно из позы écartée назад, закончить в V позицию, правая нога сзади. 4 такта: шаг в точку 8 на левую ногу на plié и десять партерных прыжков en tournant en dedans в позе attitude effacée (два с половиной поворота), закончить в позе attitude croisée. 4 такта: souрe правой ногой, шаг на левую в точку 8 и девять tours chaînés, в заключение опуститься на левое колено, правая рука в III позиции, левая в I, корпус наклонить налево.

## Allegro

### 1. 16 тактов по $\frac{2}{4}$ .

Два échappés battus с правой и с левой ноги, на  $\frac{2}{4}$  каждое; на  $\frac{1}{4}$  с левой ноги — entrechat-cinque назад, короткое souрe и

с правой ноги — два *ballonnés effacées* вперед, на  $\frac{1}{4}$  каждое, одно на  $\frac{1}{8}$ ; на  $\frac{1}{8}$  — *assemblé* в сторону. Повторить все с другой ноги и исполнить в обратном направлении.

2. 16 тактов по  $\frac{3}{4}$  (вальс).

4 такта: двойной *rond de jambe en l'air sauté en dehors* на  $90^\circ$ , *assemblé*, с правой и с левой ноги. 4 такта: с правой ноги — *grande sissonne ouverte en tournant en dehors* в *à la seconde*, *assemblé*; с левой ноги — два *sissonnes fermées* в позе IV *arabesque*. 4 такта: с левой ноги — двойной *rond de jambe en l'air sauté en dehors* на  $90^\circ$  в положении *écarté* назад. Заканчивая прыжок, сделать *passé* на  $90^\circ$  и встать на полупальцы с шагом вперед на левую ногу в *attitude effacée*, опуститься в V позицию в *épaulement croisé*, правая нога сзади; повторить двойной *rond de jambe en l'air sauté en dehors* на  $90^\circ$  и встать на левую ногу в I *arabesque*; закончить в V позицию, правая нога впереди. 4 такта: три *brisés* вперед *en tournant en dedans* (поворот в правую сторону), подняв левую руку в III позицию, правую на II, *dégagé* левой ногой *effacé* назад на  $45^\circ$  и *pas de bourrée* с переменной ног *en dehors*. То же исполнить в обратном направлении.

3. 4 такта по  $\frac{4}{4}$ .

Первый такт: по прямой линии из точки 7 в точку 3 с правой ноги — четыре *sauts de basque* с коротким шагом-*courpé*, на  $\frac{1}{4}$  каждый. Четвертый *saut de basque* закончить в *attitude croisée*, подняв левую руку в III позицию, правую в I. Второй такт: в позе *attitude* — четыре партерных прыжка *en tournant en dehors* (один поворот), на  $\frac{1}{4}$  каждый, подняться на полупальцы и сделать *pas de bourrée* с переменной ног *en tournant en dehors*. Третий такт: с правой ноги — *chassé* в направлении *croisé* вперед и два *tours sur le sou-de-pied en dehors* с V позиции, с остановкой в позе I *arabesque*.<sup>1</sup> Четвертый такт: *failli, courpé, grand jeté* на правую ногу в III *arabesque*; из позы *arabesque* — *sissonne* назад, правой ногой короткое *courpé* сзади левой и *grand jeté en tournant* в позе *attitude croisé* на левую ногу.

4. 16 тактов по  $\frac{3}{4}$  (вальс).

V позиция, левая нога впереди. 4 такта: шаг-*courpé croisé* вперед левой ногой, с правой — *grand cabriole fermé* в позе *écartée* вперед и поворот в V позиции на полупальцах (в левую сторону). 8 тактов: повторить два раза *grand cabriole fermé* и поворот в V позиции на полупальцах. 4 такта: с поворотом направо — три *jetés par terre* с правой ноги в точку 8 и встать на правую ногу на полупальцы в *attitude croisée*, правая рука в III позиции, левая на II.

5. 8 тактов по  $\frac{2}{4}$  или 16 тактов по  $\frac{3}{4}$  (вальс).

Движение по диагонали из точки 6 в точку 2. *Préparation*

<sup>1</sup> Для мужского класса — два *tours en l'air*, с остановкой в позе I *arabesque*.

на правой ноге, левая croisé сзади носком в пол. За тактом — dégaé левой ногой в сторону, повернуться в точку 2 и сделать pas de bourrée dessus en tournant. 4 такта: закончить pas de bourrée dessus en tournant на первую четверть первого такта и сделать grand jeté в attitude effacée, закончить его на вторую четверть; повторить pas de bourrée dessus и grand jeté еще три раза. 4 такта: по диагонали из точки 2 в точку 6 с левой ноги — chassé и grand cabriole fouetté в позу IV arabesque, chassé с правой ноги и grand cabriole fouetté в позу I arabesque, chassé с левой ноги и jeté entrelacé в I arabesque; шаг-coué вперед на левую ногу и pas ciseau.

6. 16 тактов по  $\frac{2}{4}$ .

Движение по кругу из точки 2, мимо точек 3, 4 и 5, до точки 6. V позиция, правая нога впереди. Восемь emboîtés вперед с продвижением в сторону на  $\frac{1}{2}$  tour, на  $\frac{1}{8}$  каждое; семь партерных прыжков на правой ноге en tournant en dedans в позе I arabesque, на  $\frac{1}{8}$  каждый (два поворота); на  $\frac{1}{8}$  — coué на plié на левую ногу, правая sur le cou-de-pied впереди. Повторить emboîtés и партерные прыжки еще два раза, последний раз сделать шесть партерных прыжков и на  $\frac{1}{4}$  из позы arabesque исполнить tour en dedans sur le cou-de-pied на правой ноге, закончить в V позицию, левая нога впереди, лицом в точку 2. Три маленьких pas de chat назад, на  $\frac{1}{4}$  каждое; на  $\frac{1}{4}$  — pas de bourrée с переменной ног en tournant en dehors и с правой ноги в точку 2 — два tours sissonnes tombées, на  $\frac{1}{4}$  каждый, два на  $\frac{1}{8}$  каждый и на  $\frac{1}{4}$  встать на правую ногу в I arabesque, левая нога носком в пол.

7. 8 тактов по  $\frac{2}{4}$ .

Тридцать два petits changements de pieds, на  $\frac{1}{8}$  каждый.

### ТРЕТИЙ ПРИМЕР

#### ЭКЗЕРСИСА НА ПАЛЬЦАХ

1. 4 такта по  $\frac{4}{4}$ .

V позиция, правая нога впереди. На  $\frac{2}{4}$  — pas de bourrée dessus-dessous en tournant (начать первое pas de bourrée за тактом); на  $\frac{2}{4}$  с V позиции — два раза tour sur le cou-de-pied en dehors в правую сторону, второй tour закончить на plié, открыв правую ногу в сторону на  $45^\circ$ ; на  $\frac{4}{4}$  — четыре jetés с продвижением в сторону по  $\frac{1}{2}$  tour, с petits battements sur le cou-de-pied; на  $\frac{2}{4}$  — pas de bourrée dessous-dessus en tournant; на  $\frac{2}{4}$  с V позиции — два раза tour sur le cou-de-pied en dedans в правую сторону, закончить в V позицию, левая нога впереди; на  $\frac{4}{4}$  — пять шагов на пальцах назад (начать с правой ноги), пятый шаг закончить в IV позицию и исполнить два tours sur le cou-de-pied en dehors в правую сторону.

2. 32 такта по  $\frac{3}{4}$  (вальс).

8 тактов: с правой ноги — *grande sissonne ouverte* в позе *écartée* назад, *plié-relevé* в attitude *effacée*. Повторить. 8 тактов: с левой ноги — *grande sissonne ouverte à la seconde, plié-relevé* в I arabesque; *plié* в позе arabesque, встать сверху на пальцы на левую ногу и сделать два *tours sur le sou-de-pied en dehors*, закончить в IV позицию, правая нога сзади, и два *tours sur le sou-de-pied en dedans*. Все повторить.

3. 16 тактов по  $\frac{6}{8}$ .

2 такта: по диагонали из точки 6 в точку 2 с правой ноги — *pas de bourrée suivi*. 2 такта: *failli* в IV позицию, два *tours sur le sou-de-pied en dehors*, в заключение *plié* на левой ноге, шаг вперед на правую ногу и *tours chaînés*, остановиться в V позиции, правая нога сзади. Следующие 12 тактов то же самое повторить с левой ноги в направлении точки 8, с правой ноги в направлении точки 2 и с левой в точку 8.

4. Музыкальный размер  $\frac{2}{4}$ .

*Pas ballonné* с продвижением по диагонали, с прыжками на пальцах на опорной ноге, в позах *effacée* и *écartée* вперед. От восьми до шестнадцати *ballonnés*.

5. *Tours en dedans coupé (tours piqués) по кругу*.

## ЧЕТВЕРТЫЙ ПРИМЕР УРОКА

### *Экзерсис на середине зала*

1. *Маленькое adagio и battements tendus*. 8 тактов по  $\frac{4}{4}$ .

Первый такт: *grand plié* в V позиции (правая нога вперед), с глубокого *plié* — два *tours sur le sou-de-pied en dehors* на правой ноге, левая *sur le sou-de-pied* сзади, левая рука в III позиции, правая на II *allongé*. Второй такт: *coupé* левой ногой на полупальцы, *plié* и с правой ноги — *tour à la seconde* с *grand temps relevé en dehors, plié* и *tour en dehors* в attitude. Третий такт: *coupé* правой ногой и с левой — *grand fouetté effacée en dehors*; быстро, на  $\frac{1}{8}$ , опуститься на *plié* на левую ногу, вытянув правую *effacée* вперед носком в пол, корпус откинуть назад; *coupé* правой ногой на полупальцы и с левой *grand fouetté effacée en dedans*. Четвертый такт: из заключительной позы *effacée* — *grand rond* на полупальцах в позу *écartée* назад и attitude *croisée*, закончить на *plié* на правой ноге, руки *allongé*. Пятый такт: из позы attitude — быстрый поворот *en dehors* на полупальцах с *passé* на  $90^\circ$  в позу *croisée* вперед, широкое *tombé* на *plié* и вернуться на правую ногу на полупальцы в позу *croisée* вперед (*développé tombé*). Шестой такт: *coupé* левой ногой на полупальцы, *plié* и с правой ноги — *tour à la seconde* с *grand temps relevé en dedans, plié* и *tour en dedans* в позу *croisée* вперед. Седьмой такт: из позы *croisée* — *grand rond* в attitude *effacée*, поворот *fouetté* в attitude *effacée*, *passé* пра-

вой ногой по I позиции вперед и встать на нее в большую позу *croisée* назад, левая нога носком в пол. Восьмой такт: *grand port de bras* (исполнить растяжку на *plié*, перегибы корпуса) и на последнюю четверть такта, быстро перейдя на правую ногу, встать в III *arabesque* на 90°.

*Battements tendus* — 4 такта. С правой ноги — четыре *battements tendus croisé* вперед, постепенно открыть руки — левую в III позицию, правую на II; с левой ноги — четыре *battements tendus croisé* назад, переводя руки в позу IV *arabesque*; с правой ноги — четыре в сторону, на  $\frac{1}{4}$  каждое; шесть *battements tendus jetés* с правой ноги *en tournant en dedans*, на  $\frac{1}{8}$  каждое, и на  $\frac{2}{8}$  — *flic-flac en tournant en dedans*, закончить в IV позицию — *préparation* для *tours en dehors*, правая нога сзади. 2 такта: один *tour sur le cou-de-pied en dehors*, в заключение открыть правую ногу в сторону на 45°; два *tours en dehors* со II позиции и три *tours en dehors* со II позиции.

2. *Battements fondus* на 45°. 8 тактов по  $\frac{1}{4}$ .

С правой ноги на  $\frac{2}{4}$  — *fondu* в маленькой позе *croisée* вперед; на  $\frac{2}{4}$  — *tombé* на правую ногу и два *tours sur le cou-de-pied en dedans*; не опускаясь в V позицию, с левой ноги на  $\frac{2}{4}$  — *fondu* в маленькой позе *croisée* вперед; на  $\frac{2}{4}$  — *tombé* на левую ногу и два *tours sur le cou-de-pied en dehors*; с правой ноги — два *fondus* в сторону, на  $\frac{2}{4}$  каждое, пять *frappés*, на  $\frac{1}{8}$  каждое, и два *doubles frappés*, на  $\frac{1}{8}$  каждое. Повторить все с другой ноги. То же исполнить в обратном направлении.

3. *Grands battements jetés*. 8 тактов по  $\frac{1}{4}$ .

С правой ноги — четыре *grands battements* в позе *croisée* вперед, четыре с левой в III *arabesque*; три *grands battements pointés* с правой ноги в позе *écartée* назад, на  $\frac{1}{4}$  каждый, закончить в V позицию на *demi-plié*, правая нога сзади; на  $\frac{1}{4}$  — поворот в V позиции на полупальцах в правую сторону. С правой ноги — шаг-*couqué* вперед и на  $\frac{2}{4}$  — *pas ciseau*; на  $\frac{2}{4}$  из позы *arabesque* с подъемом на полупальцы — *passé* на 90° в позу *écartée* назад, закончить в V позицию, правая нога сзади, и повторить все с другой ноги.

4. *Большое adagio*. 32 такта по  $\frac{3}{4}$  (вальс).

V позиция, правая нога впереди. За тактом — *demi-plié*, два *tours sur le cou-de-pied en dehors*, закончить на *plié* на левой ноге, правой — *dégagé* на 45° *croisé* вперед. 4 такта: шаг на правую ногу (на первый такт) в *attitude croisée*, поднять правую руку в III позицию, левую на II, затем принять позу IV *arabesque*. 4 такта: наклониться вниз в *arabesque* и снизу быстро повернуться *en dehors* в точку 4 в большую позу *effacée* вперед на полупальцы. 4 такта: широкое *tombé* на левую ногу, *chassé* в точку 4, закончить в IV позицию *effacée* — *grande préparation* для *tours en dedans* и полтора *tour en dedans* в *attitude*, руки в III позиции. 4 такта: из позы *attitude* — *grand rond en dedans* в позу *effacée* вперед, полупальцы, широкое *tombé* на



правую ногу и два *tours en dedans* в позе II *arabesque*. 4 такта: из позы *arabesque* — *grand fouetté en tournant en dedans* в attitude effacée allongé и *jeté* назад (прыжок) в IV позицию — *grande préparation* для *tours en dehors*. 4 такта: два *tours en dehors* в attitude, *plié* на опорной ноге и два *tours* в III *arabesque*. 4 такта: *coupé* на правую ногу, левую выбросить à la seconde (приемом *grand battement*) и *grand fouetté en tournant en dehors* в позу *croisée* вперед, *renversé en dedans* (через *écarté* вперед), закончить в V позицию — *préparation* для *tours en dedans*. 4 такта: два *tours sur le cou-de-pied en dedans* на правой ноге, закончить *plié* на правой ноге, левой *déagé* на 45° *croisé* вперед, шаг на левую ногу на полупальцы в attitude *croisé*, левая рука в III позиции, правая на II и принять позу IV *arabesque* на 90° на *plié*.

### *Allegro*

#### 1. 16 тактов по $\frac{2}{4}$ .

Два *sissonnes fermées battus* в сторону, с правой и с левой ноги с переменной ног назад, на  $\frac{1}{4}$  каждый; на  $\frac{2}{4}$  — *pas de basque* вперед *en tournant* (с полным поворотом); два *gargouillade en dehors*, с левой и с правой ноги, на  $\frac{2}{4}$  каждый. Повторить все с другой ноги и исполнить в обратном направлении.

#### 2. 8 тактов по $\frac{2}{4}$ .

*Grande sissonne ouverte* в позе *écartée* назад и *assemblé*, с правой и с левой ноги, на  $\frac{2}{4}$  каждое;<sup>1</sup> на  $\frac{2}{4}$  с левой ноги — *jeté renversé en dehors*; три *sissonnes fermées* с правой ноги в позе IV *arabesque*, на  $\frac{1}{8}$  каждый. *Grande sissonne ouverte* в позе *écartée* вперед, *assemblé*, с левой и с правой ноги, на  $\frac{2}{4}$  каждое; на  $\frac{2}{4}$  с правой ноги — *jeté renversé en dedans*; на  $\frac{2}{4}$  с правой ноги — *шаг-coupé* в точку 2 и *grand assemblé en tournant*.<sup>2</sup>

#### 3. 32 такта по $\frac{3}{4}$ (вальс).

V позиция, правая нога впереди. За тактом с левой ноги — небольшое *chassé* назад, почти без продвижения. 4 такта: небольшой прыжок на левой ноге (типа *sissonne ouverte*), мягко открыть правую ногу *croisé* вперед на 45°, *tombé*, *glissade* с левой ноги в сторону и *entrechat-six de volé*. 4 такта: то же повторить с другой ноги. 8 тактов: встать в точку 2 на полупальцы на правую ногу в I *arabesque*, опуститься на *plié* и по диагонали наверх в точку 6 — три раза *jeté entrelacé* в I *arabesque* с *chassé*. Сделать маленькую паузу в позе *arabesque*. 8 тактов: по диагонали в точку 2 — три раза *failli* — *entrechat-six de volé* в позе *écartée* вперед и поворот в V позиции на полупальцах. 8 тактов: по прямой линии влево с левой ноги маленькое *sis-*

<sup>1</sup> Для мужского класса — *grandes sissonnes ouvertes battues*.

<sup>2</sup> Для мужского класса — *grand assemblé en tournant battu*.

sonne tombée в сторону, проходящее pas de bourrée, sissonne tombée и grand cabriole fermé в I arabesque, закончить в V позицию, правая нога впереди; с правой ноги — préparation во II позицию (с мужским приемом) и pirouettes sur le sou-de-pied en dehors.<sup>1</sup>

4. 16 тактов по  $\frac{3}{4}$  (вальс).

Движение по диагонали из точки 4 в точку 8. V позиция, правая нога впереди. 4 такта: с правой ноги — sissonne tombée вперед в IV позицию croisé и grande sissonne à la seconde de volé en tournant en dedans, plié (сохранить левую ногу на 90°), pas de bourrée dessus en tournant, entrechat-quatre. 4 такта: повторить комбинацию еще раз. 4 такта: с правой ноги — sissonne tombée в IV позицию croisé вперед, coupé и grand jeté en tournant в attitude croisée; coupé — grand jeté, coupé — grand jeté в attitude croisée (без поворота). 4 такта: с левой ноги — glissade в сторону, grand cabriole fermé в позе écartée вперед и failli в точку 8 с остановкой на правой ноге в большой позе croisée назад, левая нога носком в пол.

5. 16 тактов по  $\frac{3}{4}$  (вальс).

Saut de basque с chassé по кругу, с правой ноги; начать из точки 8, мимо точек 1, 2, 3, 4, 5 и до точки 6, исполнить пять sauts de basque. На chassé перед шестым saut de basque повернуться на диагональ из точки 6 в точку 2 и три sauts de basque с chassé исполнить в точку 2. С левой ноги sauts de basque делаются в противоположном направлении и начинаются из точки 2.

6. 8 тактов по  $\frac{3}{4}$ .

Grand écharpé во II позицию без перемены ног, с temps levé во II позиции; sissonne soubresaut в attitude effacée, assemblé, entrechat-quatre. Исполнить все четыре раза, с правой и с левой ноги по очереди.

7. 16 тактов по  $\frac{2}{4}$ .

С правой ноги — три brisés вперед, на  $\frac{1}{4}$  каждое; на  $\frac{1}{4}$  — royale. Повторить с левой ноги. За тактом — coupé на plié на левую ногу, правую перенести sur le sou-de-pied вперед и сделать шесть emboîtés вперед по прямой линии с продвижением в сторону на  $\frac{1}{2}$  tour (из точки 7 в точку 3), на  $\frac{1}{8}$  каждое; на  $\frac{1}{4}$  — assemblé вперед. Шесть emboîtés назад по прямой линии с продвижением в сторону на  $\frac{1}{2}$  tour (из точки 3 в точку 7), на  $\frac{1}{8}$  каждое; на  $\frac{1}{4}$  — assemblé назад. Повторить все с другой ноги.

8. 4 такта по  $\frac{2}{4}$ .

Шестнадцать petits changements de pieds, на  $\frac{1}{8}$  каждый.

---

<sup>1</sup> Количество pirouettes — в зависимости от индивидуальных возможностей учащихся.

## ЧЕТВЕРТЫЙ ПРИМЕР ЭКЗЕРСИСА НА ПАЛЬЦАХ

### 1. 16 тактов по $\frac{2}{4}$ .

V позиция, правая нога впереди. Четыре échappés с переменной ног во II позицию, на  $\frac{1}{4}$  каждое. Два *sissonnes simples* с переменной ног назад, с правой и с левой ноги; два *sissonnes simples en tournant* по  $\frac{1}{2}$  поворота с правой ноги (назад — вперед), на  $\frac{1}{4}$  каждый. Повторить все *sissonnes*. Три *sissonnes ouvertes* на  $45^\circ$  с небольшим продвижением вперед в позах II arabesque с правой, с левой и с правой ноги, на  $\frac{1}{4}$  каждый; на  $\frac{1}{4}$  — pas de chat вперед. Повторить все с левой ноги.

### 2. 48 тактов по $\frac{3}{4}$ (вальс).

8 тактов: jeté на правую ногу в I arabesque на  $90^\circ$ , plié и два раза plié-relevé в позе arabesque с продвижением вперед по диагонали, plié и tour sur le cou-de-pied en dedans. 8 тактов: то же повторить с левой ноги. 8 тактов: jeté на правую ногу в I arabesque на  $90^\circ$ , plié и три раза plié-relevé с продвижением вперед по диагонали; закончить в V позицию, левая нога впереди, и исполнить dégagé правой ногой носком в пол в точку 2. 8 тактов: pas de bourrée suivi по диагонали вверх в точку 6, правая нога впереди; на последний такт встать на левую ногу, правая croisé вперед носком в пол — régréparation. 16 тактов: tours chaînés по диагонали в точку 2; на последний такт вскочить на правую ногу в I arabesque на  $90^\circ$ .

### 3. 32 такта по $\frac{3}{4}$ (вальс).

Régréparation на правой ноге, левая croisé сзади носком в пол. За тактом — dégagé левой ногой в сторону на  $45^\circ$  и pas de bourrée dessus en tournant; закончить на первую четверть первого такта на plié на левой ноге, правая sur le cou-de-pied впереди. 4 такта: renversé en dehors с grand rond de jambe en dehors; заканчивая pas de bourrée, сделать tombé на правую ногу и два tours sur le cou-de-pied en dedans. 4 такта: с левой ноги — grande sissonne ouverte в III arabesque и renversé en dehors. 8 тактов: встать сверху на пальцы в точку 3 на правую ногу и сделать tours en dedans в позе I arabesque; не опуская ноги, исполнить plié и второй tour в arabesque, plié, третий tour в arabesque, plié и два tours sur le cou-de-pied en dedans, закончить в V позицию, левая нога впереди. Повторить все с другой ноги, начав pas de bourrée dessus en tournant, dégagé с V позиции.

### 4. Музыкальный размер $\frac{2}{4}$ .

Tours en dehors с dégagé с окончанием каждого tour в большую позу écartée вперед. Исполняются по диагонали восемь tours. То же исполнить с окончанием в большие позы effacée и croisée вперед.

### 5. Музыкальный размер $\frac{2}{4}$ .

Tours chaînés по кругу в правую сторону, в левую (количество — в зависимости от возможностей учащихся).

## ВАРИАНТ ЧЕТВЕРТОГО ПРИМЕРА ЭКЗЕРСИСА НА ПАЛЬЦАХ

### 1. 8 тактов по $\frac{1}{4}$ .

V позиция, правая нога впереди. Double écharpé в IV позицию effacé, закончить в V позицию правая нога сзади; два écharpés с переменной ног во II позицию, на  $\frac{1}{4}$  каждое. Повторить все с другой ноги. Четыре écharpés с переменной ног во II позицию с продвижением назад и четыре *sissonnes simples* с переменной ног назад, на одну четверть каждое. Все повторить, по четыре écharpés во II позицию и четыре *sissonnes simples* исполнить с продвижением вперед.

### 2. 16 тактов по $\frac{2}{4}$ .

8 тактов: с правой ноги — *sissonne ouverte* на  $45^\circ$  в маленькой позе effacée вперед, не опускающая ноги — *plié-relevé* с *demi-rond* в сторону, не опускающая ноги *plié* и один *tour sur le cou-de-pied en dehors*, закончить в V позицию, правая нога впереди, и два *tours sur le cou-de-pied en dehors*, закончить в V позицию, правая нога сзади. Двойной *rond de jambe en l'air en dehors*, с левой и с правой ноги; с левой ноги *sissonne ouverte* на  $45^\circ$  в маленькой позе effacée вперед, широкое *tombé* и два *tours tirbouchon en dedans*, закончить в V позицию, правая нога впереди. 8 тактов: с левой ноги — *sissonne ouverte* на  $45^\circ$  в маленькой позе effacée вперед, не опускающая ноги — *plié-relevé* с *demi-rond* в сторону, не опускающая ноги *plié* и один *tour sur le cou-de-pied en dedans*, закончить в V позицию, левая нога сзади и два *tours sur le cou-de-pied en dedans*, закончить в V позицию, левая нога впереди. Двойной *rond de jambe en l'air en dedans*, с правой и с левой ноги; с правой ноги *sissonne ouverte* на  $45^\circ$  в маленькой позе effacée назад, широкое *tombé* и два *tours tirbouchon en dehors*, закончить в V позицию, левая нога сзади.

### 3. 32 такта по $\frac{3}{4}$ (вальс).

Préparation на правой ноге, левая *croisé* сзади носком в пол. За тактом *plié* на правой ноге, левая *sur le cou-de-pied* сзади и *coupé* на пальцы на левую ногу; на первую четверть первого такта *plié* на левой ноге, правая *sur le cou-de-pied* впереди, 4 такта: *renversé en dehors* с *grand rond de jambe en dehors*, закончить *pas de bourrée*, сделать *tombé* на правую ногу в IV позицию и *tour en dedans à la seconde*; закончить *plié* на правой ноге. 4 такта: *pas de bourrée dessus-dessous en tournant*, закончить в V позицию, правая нога впереди, и исполнить два *tours sur le cou-de-pied en dehors*, закончить в V позицию, правая нога сзади. 4 такта: встать сверху на пальцы на левую ногу в III *arabesque* на  $90^\circ$ , *plié* и два раза *plié-relevé* в позе *arabesque* с продвижением вперед, *plié* и *pas de bourrée en tournant en dehors*, закончить в IV позицию, правая нога впереди. 4 такта: два *tours en dedans à la seconde*; закончить *passé* по

I позиции левой ногой вперед на plié в позу IV arabesque, правая нога носком в пол. Повторить все с другой ноги.

4. 16 тактов по  $\frac{2}{4}$ .

Движение по диагонали из точки 6 в точку 2; *préparation* — правая нога *croisé* вперед носком в пол. 4 такта: три раза *tours en dehors* с *dégagé* с окончанием каждого *tour* в большую позу *écartée* вперед; два *tour sur le cou-de-pied en dehors* с *dégagé* закончить в V позицию, правая нога сзади. 4 такта: встать сверху на пальцы в точку 2 на правую ногу в I arabesque на 90°; сохраняя позу, опуститься на *demi-plié* и исполнить десять партерных прыжков с продвижением по диагонали назад к точке 6; встать на левую ногу, правая *croisé* вперед носком в пол. 4 такта: повторить три раза *tours en dehors* с *dégagé* с окончанием каждого *tour* в большую позу *écartée* вперед, с продвижением по диагонали в точку 2; *soutenu en tournant en dedans*, закончить в V позицию, правая нога впереди. 4 такта: с полуповоротом направо *sissonne tombée* на правую ногу лицом в точку 8 и три раза *tours sissonne tombée*, на  $\frac{1}{4}$  каждый; шесть *tours sissonne tombé*, на  $\frac{1}{8}$  каждый, закончить — вскочить на правую ногу в *attitude croisée*.

5. 8 тактов по  $\frac{6}{8}$ .

2 такта: на первую восьмую встать сверху на правую ногу на пальцы, левую согнуть *croisé* назад на 45°; руки — левая на II позиции, правая на I и сделать четыре прыжка на пальцах, на  $\frac{1}{8}$  каждый; на шестую восьмую опуститься на plié. Следующий такт — шаг в сторону на левую ногу на пальцы, правую согнуть *croisé* вперед на 45°; руки — левая на I позиции, правая на II и сделать четыре прыжка на пальцах, на  $\frac{1}{8}$  каждый; на шестую восьмую опуститься в V позицию на *demi-plié*. 2 такта: шесть *changements de pied en tournant* на пальцах в левую сторону, закончить в V позицию, на *demi-plié*, правая нога впереди. По диагонали в точку 2 — шесть *emboîtés en tournant* на пальцах, на  $\frac{1}{8}$  каждое. 2 такта: повернуться фигурой к точке 5 и с правой ноги *pas de bourrée suivi* по прямой линии к точке 7 (спиной к зеркалу); закончить поворотом в зеркало, в *épaulement croisé*. 2 такта: по диагонали в точку 2 — шесть *emboîtés en tournant* на пальцах, на  $\frac{1}{8}$  каждое; шаг в сторону на правую ногу на пальцы, левую согнуть *croisé* вперед на 45°, сделать три прыжка на пальцах, на  $\frac{1}{8}$  каждый. На последние две восьмые заключительного такта опуститься с пальцев на *demi-plié*, сделать левой ногой *passé* по I позиции и вскочить на правую ногу на пальцы в I arabesque на 90°.

## *Содержание*

<i>От автора</i>	<b>3</b>
<i>Первый класс</i>	<b>8</b>
<i>Второй класс</i>	<b>37</b>
<i>Третий класс</i>	<b>71</b>
<i>Четвертый класс</i>	<b>111</b>
<i>Пятый класс</i>	<b>151</b>
<i>Шестой класс</i>	<b>193</b>
<i>Седьмой класс</i>	<b>222</b>
<i>Восьмой класс</i>	<b>241</b>

**Костровицкая В. С.**  
К72 100 уроков классического танца (с 1 по 8 класс):  
Учеб.-метод. пособие. 2-е изд., доп.—Л.: Искусство,  
1981.— 262 с., 4 л. ил.

Книга В. С. Костровицкой занимает особое место среди имеющихся в настоящее время пособий по классическому танцу. Это сборник примеров уроков, предназначенный для всех классов хореографических училищ с восьмилетней программой обучения (примеры уроков даются последовательно, в соответствии с программой).

К  $\frac{80105-056}{025(01)-81}$  48-81

**ББК 85.324**  
792.5