

МИНИСТЕРСТВО КУЛЬТУРЫ РЕСПУБЛИКИ БАШКОРТОСТАН
Государственное бюджетное профессиональное образовательное учреждение
Республики Башкортостан
Башкирский хореографический колледж имени Рудольфа Нуреева
(ГБПОУ РБ БХК им. Р. Нуреева)

Методическая разработка

на тему:

«Поэтапное изучение pas jete entrelace (перекидное jete)»

Выполнила:
преподаватель
хореографических дисциплин
Большакова Н.Х.

Уфа- 2019

Введение

Предмет «классический танец» по праву считается главным в процессе подготовки специалистов-хореографов любого профиля. И это закономерно, поскольку классический танец и его школа являются единственной всеобъемлющей системой профессионального воспитания человеческого тела, существующей уже более четырехсот лет. Экзерсис, основанный на классическом танце, давно доказал право на первое место в освоении танцевального искусства.

Какие бы новшества ни привносило в хореографию время, какие бы современные направления ни появлялись в танце от джаз-модерна до хип-хопа — одно остается неизменным: классический экзерсис является стержнем, на основе которого развиваются другие танцевальные экзерсисы. Этот комплекс наиболее правильно и гармонично формирует тело, активно исправляет физические недостатки, создавая прекрасную манеру танца и осанку.

Именно поэтому важно с первых занятий обращать пристальное внимание на правильную отработку всех движений, даже самых на первый взгляд простых и легких, потому что ошибки в начальных классах могут привести к невозможности правильного выполнения сложных движений, таких как рассматриваемое в данной методической разработке *Pas Jete entrelace* (перекидное *Jete*).

Pas jete entrelace (перекидное *jete*), движение сложное, требующее тщательной отработки, чтобы хорошо усвоить технику исполнения этого прыжка надо хорошо знать его составные части. Первая часть — *grand fouette saute* в *arabesque* и вторая — *jete passe*.

Grand fouette saute изучают на I курсе училища, но подготовка к нему начинается с начальных классов.

Первый этап.

Во втором классе изучают поворот *fouette* на 1/2 круга из позы в позу с носком на полу, на вытянутой ноге и на *demi-plie*.

Последовательность изучения.

Музыкальный размер 2/4. Исходное положение - V позиция, правая нога впереди. Левая рука на палке, правая в подготовительном положении, поворот головы направо. На два вступительных аккорда правая рука открывается во II позиции.

На 2/4 *battement tendu* правой ногой вперед, поворот головы направо, следующие 2/4 левая нога вместе с корпусом делает поворот на 1/4 круга *en dedans* (пяткой вперед), правая нога на II позиции носком в пол, руки на палке, голова прямо лицом к

станку, 2/4 еще поворот en dedans на 1/4 круга, правая нога остается сзади носком в пол, левая рука открывается на II позиции, правая на палке, поворот головы налево, на 2/4 правая нога закрывается в V позиции назад. Все повторить с левой ноги.

Этот поворот fouette изучаем на demi-plie. На 1/4 demi-plie, 1/4 правая нога вытягивается носком в пол, 1/4 корпус и левая нога делают поворот en dedans на 1/4 круга, на 1/4 положение сохраняется, голова прямо, руки на палке, 1/4 корпус и левая нога делают поворот en dedans на 1/4 круга, правая рука на палке, левая на второй поворот головы налево, во время этих двух поворотов правая нога находится в одной пространственной точке, на 1/4 левая нога вытягивается из demi-plie, 1/4 правая нога закрывается в V позиции назад.

Поворот fouette en dedans на 1/2 круга на вытянутой ноге носком в пол. Все правила сохраняются, только нет остановки на II позиции, поворот делается слитно сразу, на 1/2 круга.

Поворот fouette en dedans на 1/2 круга на demi-plie носком в пол.

В 3-м классе поворот fouette изучается на середине зала, сначала на 1/4 круга, затем на 1/2 круга, также на вытянутой ноге и на demi-plie носком на полу. Правила изучения те же, что и у станка.

Второй этап.

В 4-м классе переходим к изучению fouette на 45° с поворотом на 1/4 и 1/2 круга, сначала медленно на всей стопе (на 4/4), затем на полупальцах и с plie releve (на 2/4).

Поворот fouette на 1/4 круга.

Музыкальный размер и исходное положение те же, что и в первом примере, 2/4 – fondu вперед на полупальцы, правая рука на II позиции, поворот головы направо, 2/4 – plie releve на полупальцы и поворот корпуса и левой ноги на 1/4 круга en dedans, голова прямо, руки на палке, правая нога на 45° на II позиции, 2/4 - plie releve на полупальцы и поворот корпуса и левой ноги на 1/4 круга en dedans, левая рука на II позиции правая на палке, поворот головы налево, правая нога сзади, 2/4 - правая нога опускается носком в пол и закрывается в V позиции.

Поворот fouette на 1/2 круга.

2/4 – fondu вперед, 2/4 – plie releve на полупальцы и поворот en dedans корпуса и опорной ноги на 1/2 круга, правая нога остается в одной пространственной точке на 45°. Все изучается с двух ног.

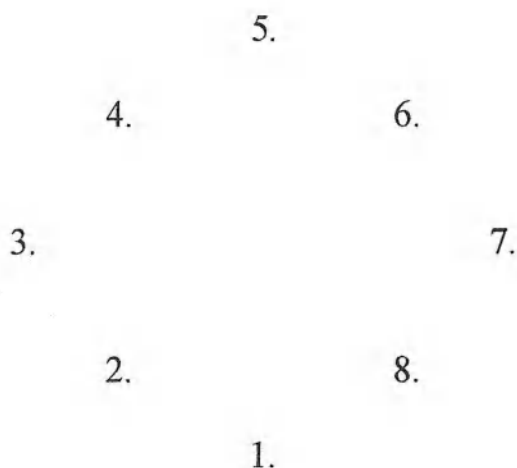
В 5-м классе поворот fouette на 45° делается на середине зала, а у станка

изучается поворот fouette на 90° на $\frac{1}{4}$ и $\frac{1}{2}$ круга, все правила поворота остаются те же, что и на 45° .

Третий этап.

На I курсе изучается grand fouette en tournant en dedans в III arabesque на середине зала.

Preparation: правая нога на croisee вперед носком в пол. За тактом опуститься на demi-plie на правую ногу, вскочить на неё на полупальцы, забросить левую ногу grand battement jete в сторону на 90° , корпус повернуть en face и открыть руки снизу на II позиции. На первую четверть, поворачиваясь направо в т. 4 en dedans, левая нога, проходя по I поз. на demi-plie выбрасывается на 90° вперед в т.4 :



з е р к а л о

одновременно правая нога поднимается на полупальцы. Руки, повернутые ладонями вниз, опустить (в момент passe на I поз) и сильным движением вместе batement поднять в III поз., голова прямо, корпус отклонен назад. Зафиксировав позу, быстро закончить поворот en dedans на вторую четверть в сторону зеркала в III arabesque на demi-plie. Руки из III позиции опускаются, левая вперед, правая в сторону. Левая нога остается в т. 4 на 90°

Четвертый этап.

Изучив grand fouette en tournant на 90° в III arabesque, переходим к

изучению *grand fouette sauté en tournant* в *III arabesque*.

Preparation правой ногой на *croisee* вперед носком в пол. За тактом, приоткрыв руки и опустив их в подготовительное положение, сделать *coupe* (на *plie*) на правую ногу в *IV* позиции, прыжок, левая нога выбрасывается на *II* поз, *efface*, руки поднимаются на *II* позицию. На первую четверть-второй прыжок с правой ноги, перед которым левая делает быстрое *rasse* по *I* поз, на *plie* и вместе с поворотом корпуса в т. 4 выбрасывается в прыжке вперед на 90° тоже в т. 4; руки снизу поднимаются в *III* поз. В воздухе повернуть корпус (*en dedans*) в *III arabesque*, руки опустить в *arabesque*, и на вторую четверть, сохраняя позу, с подтянутой спиной опуститься на *demi-plie* на правую ногу, левая нога остается в т. 4 на 90° .

Пятый этап.

Pas jete passé выполняется на большом прыжке. Ноги на прыжке выполняют два броска приемом *grand battement jete*. Первый бросок выполняется в момент толчка, второй на взлете. Нога, выполняя первый бросок, начинает опускаться на *demi-plie*, другая продолжает подниматься на 90° . Таким образом, ноги проходят одна мимо другой примерно на уровне 60° . Этот момент является особенностью этого прыжка и как составной элемент входит в перекидное *jete*.

Хорошо освоив *grand fouette sauté* в *III arabesque* и *pas jete passé*, можно приступить к изучению перекидного *jete*.

Шестой этап.

Pas jete entrelace с шага.

Музыкальный размер: 4/4.

Движение по диагонали из точки 2 в точку 6 плана класса. Встать на правую ногу лицом в точку 2, левая нога вытянута на *efface* сзади, носком в пол; левая рука вытянута вперед, правая — во *II* позиции, голова повернута налево (поза *II arabesque*).

За тактом — *demi-plie*, левая нога поднимается на 45° , корпус наклоняется вперед.

Раз-и — широким шагом перейти с носка на левую ногу на *demi-plie*, раскрывая руки во *II* позицию, оттолкнуться от пола левой ногой для прыжка, выбросив правую по *I* позиции вперед на 90° в точку 6. В этот момент руки берут форс, опускаясь со *II*

позиции вниз и быстро поднимаясь в III позицию. В прыжке к правой ноге выбрасывается и левая: ноги почти соединяются и как бы переплетаются, корпус сильно подтягивается вверх и поворачивается в воздухе.

Два-и — закончить прыжок на правой ноге на *demi-plie*, левая сзади на 90° , голова и руки в положении I *arabesque* лицом в точку 2.

Три-и, четыре-и — поза сохраняется. Отсюда движение повторяется нужное количество раз.

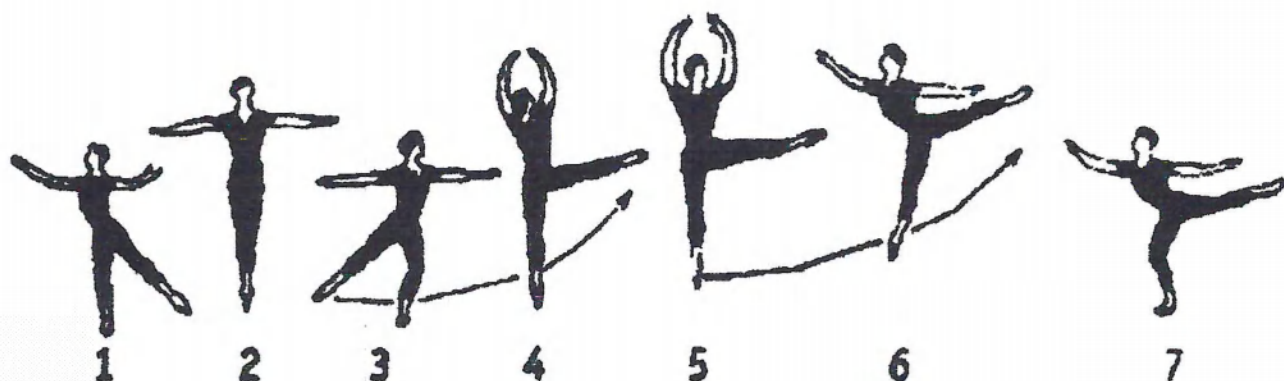
Бросок ноги вперед на 90° должен быть быстрый, сильный и точный в направлении вперед.

Нога выбрасывается по полу точно через I позицию. Нужно следить, чтобы в воздухе ноги проходили близко одна возле другой. Если в прыжке выбрасывается вперед правая нога, то, опускаясь на пол, необходимо проводить левую ногу точно назад и не допускать отведения ее в сторону. Для этого следует держать бедро левой ноги и левый бок как бы «втянутыми», а плечи ровными.

Перед началом прыжка корпус, наклоненный вперед на *demi-plie*, как можно дольше остается на опорной ноге и лишь в момент броска ноги вперед на 90° и прыжка выпрямляется, а затем поворачивается в воздухе. Если корпус поворачивается раньше времени, то вместо *entrelace* получается сначала поворот, а затем перепрыжка с одной ноги на другую. Заканчивая прыжок, следует держать корпус подтянутым и лишь в последний момент передать его вперед на опорную ногу на *demi-plie*. В начале изучения полезно оканчивать *Jete entrelace* на вторую четверть с руками в III позиции и только на третью и четвертую четверти передавать корпус вперед и опускать руки в I *arabesque*.

Голова во время шага назад (если движение идет из точки 2 в точку 6) поворачивается в точку 2 и при броске ноги вперед повернута через правое плечо, а затем вместе с поворотом корпуса снова поворачивается в точку 2.

Руки, опускаясь со II позиции вниз и поднимаясь в прыжке вверх, должны быть упругими, сильными и активно помогать прыжку. Когда учащиеся хорошо усвоят выполнение этого приема, следует переходить к подходу *pas chasse*, вначале с остановкой после перекидного *jete*, затем подряд.



Pas Jete entrelace с приема pas chasse

Музыкальный размер: 2/4.

Движение по диагонали из точки 2 в точку 6.

Встать на правую ногу в точку 2, левая вытянута на efface назад, носком в пол; руки в положении I или II arabesque.

За тактом — demi-plie, левая поднимается на 45°. Широким шагом перейти на левую ногу и исполнить pas chasse, продвигаясь по диагонали в точку 6. Nachasse руки из arabesque отводятся во II позицию, голова и взгляд направлены через правое плечо в точку 2; сделать шаг на левую ногу на demi-plie.

Раз-и — выбросить правую ногу вперед на 90° в точку 6, прыгнуть, выбросив к правой ноге и левую ногу.

Руки опускаются вниз перед прыжком и берут форс, быстро поднимаясь в III позицию в момент прыжка.

Повернув в воздухе корпус, на два-и — опуститься на правую ногу на demi-plie в I arabesque в точку 2. Отсюда движение повторяется.

При выполнении перекидного jete строго соблюдаются следующие правила. Подход pas chasse может начинаться с позы arabesque или какого-

либо прыжка, но выполняться всегда энергично, с сильным посылом на большой баллонный прыжок вверх, без продвижения. Форму *pas chase* по II позиции необходимо соблюдать точно, не превращая ее в облегченный и приземистый разбег спиной, который не имеет никакого отношения к школе классического танца.

Во время выполнении *pas chase* ноги на взлете должны быть хорошо вытянуты и соединены в V позиции; причем нога, которая будет осуществлять толчок, должна находиться спереди.

В момент окончания *pas chase* делается четкий поворот всего тела на 1/4 круга, а шагающая вперед нога (по отношению к корпусу) эластично переходит с носка на упруго поставленную пятку, выполняя сильный прыжковый толчок.

При выполнении самого *jete* первый бросок ноги вперед надо производить энергично и точно через I, а не через II позицию.

В момент взлета нога, с которой происходил толчок, должна также энергично откидываться назад. Во время кульминации прыжка обе ноги встречным движением должны пройти близко одна мимо другой, но не касаясь друг друга. Оба броска надо исполнять четко и сильно, но легко и не слишком резко.

Конечную позу *arabesque* следует принимать еще в воздухе, до завершения прыжка. В этот момент не следует снижать ногу, раскрытую назад на 90°, а ногу, на которую будет завершаться прыжок, не следует отбрасывать вперед; она должна опускаться в *demi-plie* по линии отвесной. И, наконец, ноги во время исполнения этого движения должны быть выворотны, на взлете вытянуты, на *demi-plie* эластичны. В целом они должны двигаться четко и свободно, выдерживая взлетный акцент прыжка.

Руки на *pas chasse*, как правило, должны быть раскрыты по 2-й позиции. На *jete* одновременно с первым броском ноги они с силой проходят через подготовительное положение и 1-ю позицию в 3-ю, с тем чтобы вместе с поворотом и завершением второго броска назад снова энергично раскрыться в положение, свойственное *arabesque*. Если это *jete* будет заканчиваться на *effsce*, то принимается поза первого или второго *arabesque*, если на *croise*, то третьего или четвертого *arabesque*. В целом руки должны действовать в одном темпе с движением всего тела, пластично и точно акцентируя момент взлета и переход в позу *arabesque*.

Корпус на *pas chasse* следует удерживать совершенно прямо. При толчке в перекидное *jete* он точно подается на опорную ногу и активно участвует в прыжковом и поворотном посыле. При выполнении финальной позы он слегка подается вперед, но удерживается стройно, подтянуто, с легко раскрытыми и опущенными плечами.

Голова на *pas chasse* повернута к выдвинутому вперед плечу, в момент первого броска ноги она четко движется в том же направлении, затем вместе с корпусом поворачивается и так удержива-

ется до завершающего *demi-plié*. Все повороты и положения головы должны отличаться свободным апломбом.

В целом перекидное *jete* следует выполнять в энергичном темпе на баллонном взлете.

Заключение

Прыжки - одно из основных движений классического танца. Они разнообразны по виду и исполняются в разных темпах.

Прыжки делятся на маленькие и большие, в высоту, длину и по траектории (где одинаково важна высота и длина).

Маленькие прыжки в свою очередь делятся на прыжки с минимальным отрывом от пола (маленькое *changement de pieds*, маленькое *échappé*, *glissade*) и с максимальным отрывом и броском ноги на высоту 22, 5° и 45° (маленькое *assemble*, *jete*, *ballonne* и т. д.).

Большие прыжки исполняются с броском ноги на 90° и выше (в зависимости от индивидуальных возможностей исполнителя).

По характеру исполнения прыжки подразделяются на четыре вида: с двух ног на две, с двух ног на одну, с одной ноги на две, с одной ноги на другую. (С двух ног на две — *changement*, *échappé*, *sissonne fermée* и т. д.; с двух на одну — все виды *sissonnes*, *jete* с V позиции и т. д.; с одной на две — *saboté fermée* и т. д.) Все прыжки начинаются и заканчиваются *demi plié*.

При изучении прыжков следует обращать особое внимание на развитие баллона, то есть способности задерживаться в воздухе в определенной позе. Для этого необходимо достигать предельной точки прыжка, что помогает «повисать» в воздухе. Баллон особенно эффектен у танцовщиц и танцовщиков с большим прыжком.

Общие правила исполнения прыжков.

Отдача от пола делается с *demi plié* всей ступней и особенно пяткой, поэтому ни в коем случае нельзя отделять пятку от пола в *demi plié*.

В момент прыжка колени, подъем и пальцы должны быть предельно напряжены и вытянуты, если прыжок делается с обеих ног. При прыжке на одной ноге другая должна принимать требуемое позой положение при выворотности бедра. После прыжка возвращение на пол должно быть мягким. Сначала пола касаются пальцы, затем нога переходит на всю ступню, опускается в *demi plié* и выпрямляется.

Как известно, прыжки слагаются из предварительно усвоенных элементов экзерсиса и адажио. Следовательно, очень важно, чтобы эти элементы были основательно и всесторонне освоены учащимися, прежде чем будут использованы в прыжках.

Целью данной методической разработки является усовершенствование педагогических приемов в процессе изучения *pas jete entrelace* (перекидное *jete*) начиная с начальных классов.

Литература

1. В.С. Костровицкая "Школа классического танца"
2. Н.И. Тарасов "Классический танец. Школа мужского исполнительства"
3. В.А. Звездочкин "Классический танец"