

С. Н. Головкина



УРОКИ
КЛАССИЧЕСКОГО
ТАНЦА
В СТАРШИХ КЛАССАХ



С.Н. Головкина

УРОКИ
КЛАССИЧЕСКОГО ТАНЦА
В СТАРШИХ КЛАССАХ



МОСКВА
«ИСКУССТВО»
1989

Допущено Управлением учебных заведений и научных учреждений
Министерства культуры СССР в качестве учебного пособия
для хореографических училищ,
хореографических отделений училищ искусств,
кафедр хореографии высших учебных заведений.

Рецензенты: народный артист СССР, лауреат Ленинской и Государственной премий СССР
профессор Ю. Н. Григорович, народная артистка УССР, лауреат Государственной премии СССР
Г. Н. Кириллова

Головкина С. Н.

Г 61 Уроки классического танца в старших классах – М.: Искусство, 1989. – 160 с., ил.

Книга содержит запись уроков С. Н. Головкиной. Она известна не только как ведущая балерина Большого театра, директор Московского академического хореографического училища, но и как опытный педагог, профессионал в области подготовки балетных кадров.

В книге шесть разработок уроков, в которых ясно представлен процесс обучения в старших классах. Логически выстроенные учебные комбинации охватывают весь материал программы этих классов. Книга представляет большой практический интерес для педагогов-хореографов, студентов хореографических отделений вузов и институтов культуры.

Г 4907000000 – 090
025 (01) – 89 116 – 87

ISBN 5 – 210 – 00349 – 3

© Издательство «Искусство», 1989 г.

МЕТОДИЧЕСКИЕ ПРИНЦИПЫ ПОСТРОЕНИЯ УРОКОВ

Хореографии сегодняшнего дня свойственны серьезность идейного содержания, глубина образов, разнообразие танцевального языка и его усложнение. В последнее десятилетие неизмеримо выросла техника как женского, так и мужского танца, и не только сольного, но и массового.

Сила советской хореографической школы в том, что она всегда умела не только свято хранить верность традициям классического танца, но и живо откликаться на требования современного балетного театра. Сохраняя накопленный педагогический опыт известных хореографов, мы ищем новые пути совершенствования методики преподавания классического танца.

Современное поколение педагогов классического танца оснащено разнообразными теоретическими знаниями, многие известные педагоги имеют огромный практический опыт, будучи в прошлом ведущими танцовщиками. Тем не менее начинающий педагог часто сталкивается с трудностями в работе с учениками. В какой последовательности изучать те или иные движения, сколько раз движение должно быть повторено в учебном примере, какие движения целесообразнее сочетать в одной комбинации, как построить урок в целом — эти и многие другие вопросы встают перед начинающими педагогами.

Мы почти не знаем, как строили свои уроки, как добивались замечательных результатов знаменитые педагоги прошлого. История донесла до нас лишь описание метода преподавания К. Блазиса и один из уроков Ф. Тальони, которые он давал своей дочери — великой Марии Тальони. Ученицы А. Я. Вагановой, конечно, хранят в памяти ее уроки, но лишь два урока полностью зафиксированы в ее книге «Основы классического танца». Уроки А. М. Мессерера¹ могут лишь частично служить ориентиром для педагогов, так как они рассчитаны не на учащихся, а на артистов балета. Записи уроков многих других выдающихся педагогов (Вазем, Легата, Тихомирова, Собещанской), к сожалению, не систематизированы и не опубликованы и поэтому не могут быть достоянием педагогов наших дней. Единственным учебным пособием для педагогов служит уже много лет книга В. С. Костровицкой «100 уроков классического танца».

В предлагаемой вниманию педагогов книге приводятся примеры шести уроков — трех для I курса и трех для II курса хореографических училищ, относящихся ко второй половине учебного года.

Годы многолетней педагогической практики показали, что продуктивнее такой путь организации учебных занятий, когда основной материал программы класса изучается в первой половине учебного года. Сначала разучиваются движения в чистом виде, затем в несложных сочетаниях. Во втором полугодии прорабатываются разученные движения со всеми возможными подходами. Они даются в сложных сочетаниях с другими движениями. Учебные комбинации более насыщены и длительны, темп исполнения возрастает.

Каждая ступень обучения имеет свои специфические черты, свои сложности. Если в младших и средних классах закладывается фундамент классического танца, изучаются основные его движения, вырабатывается выносливость, обращается внимание на выразительность движения, то старшие классы являются качественно новой ступенью обучения. Здесь суммируются приобретенные детьми за пять лет все знания и навыки, необходимые для изучения наиболее сложных движений классического танца в их законченной профессиональной форме. Особое внимание педагоги уделяют работе над художественной выразительностью и музыкальностью ученика. Одним словом, все направлено на то, чтобы дети, заканчивая школу, были готовы вступить на самостоятельный артистический путь.

Программа последних трех лет обучения насыщена труднейшими движениями во всех разделах обучения. В экзерсисе на середине изучаются все виды *grand fouetté* и *grand fouetté en tournant*, *renversé*, сложные сочетания *tours lent*. Усложняются все виды вращения: увеличивается количество туров в больших позах, вводятся комбинированные вращения по диагонали и кругу, убЫстряется темп вращений. Необычайно насыщен раздел *allegro* — это *grand jeté* и *grand jeté en tournant*, *jeté entrelacé*, *saut de basque*, *grand cabriole*, *grand fouetté en tournant* и другие. Пальцевая техника разнообразна, она включает уже все труднейшие движения классического танца.

Мы глубоко убеждены, что повышение эффективности и результативности урока связано, во-первых, с построением каждого из его разделов — экзерсиса у станка, экзерсиса на середине, *allegro*, экзерсиса на пальцах; во-вторых, с умением методически правильно создавать учебные комбинации. В зависимости от программы класса каждый раздел урока

¹Мессерер А. Уроки классического танца. М., «Искусство», 1967.

имеет свои задачи и определенный порядок следования одного движения за другим. Этот порядок не произволен. Педагог должен выстраивать урок с учетом профессиональных и физических данных своих учеников, продуманно чередовать и распределять физическую нагрузку на определенные группы мышц и связок, стремиться к органическому сочетанию силовых и танцевальных движений.

Экзерсис у станка должен идти меньше по времени, чем в средних классах, и занимать не более 25 минут. Некоторые начинающие педагоги рассматривают экзерсис у станка в старших классах как подготовку ног и корпуса к сложной работе на середине зала, как это делается при работе в театре. В школе экзерсис у станка носит прежде всего учебный характер. Движения должны так сочетаться в комбинации, чтобы можно было закрепить пройденный в предыдущих классах материал, дать возможность учащимся грамотно исполнить движения и контролировать свое исполнение. В то же время именно у станка разучаиваются новые сложные движения, которые затем составляют основу экзерсиса на середине зала.

Экзерсис у станка содержит много трудных движений. Поэтому мы считаем правильным рекомендовать ученикам разогревать мышцы и связки ног до начала урока. Это дает возможность вести работу у станка более эффективно.

В училище выработан специальный комплекс упражнений для разогрева ног. Основу этого комплекса составляют battements tendus в сочетании с battement tendu pour le pied и battements jetés, исполняющихся в медленном темпе вначале по I, потом по V позиции лицом к станку.

Существуют разные точки зрения на то, с какого движения следует начинать урок классического танца.

Одни (эта традиция идет от Блазиса, и к ним принадлежала Ваганова) считают, что начинать экзерсис у станка надо с plié. Другие педагоги начинают урок с battement tendu, так делал, в частности, известный педагог Н. Легат.

Наш урок начинается с demi-plié и grand plié, они сочетаются с различными видами port de bras. Это большая по длительности комбинация (музыкальный размер — 3/4). Важно включить в работу одновременно и ноги и весь корпус. Demi-plié, растягивая ахилл, готовит стопу для дальнейшей нагрузки на нее, grand plié растягивает и укрепляет мышцы, работающие на выворотность бедра.

Обычно port de bras даются после rond de jambe sur terre, мы же даем их в первом упражнении, так как они, и в частности 3-е port de bras, хорошо включают в работу все мышцы корпуса.

Разработано несколько различных комбинаций demi-plié

и grand plié, которые мои ученицы знают наизусть. Это позволяет не тратить время на объяснение задания. Достаточно сказать: plié с battement tendu или plié с relevé и т. д.

Большое внимание следует уделить тщательной и основательной проработке battement tendu и battement jeté — движениям, вырабатывающим силу ног эластичность стопы, закрепляющим правильность положения V позиции ног. Battement tendu дается в сочетании с battement jeté. Чаще всего комбинация заканчивается flic-flac en tournant.

Все выполненные упражнения подготавливают мышечный аппарат к проработке rond de jambe par terre и grand rond de jambe jeté. Продолжением rond de jambe par terre у меня является port de bras с работой корпуса во всех позах на 90°. Здесь в спокойном темпе проверяется и закрепляется правильное, выворотное положение бедра при поднятии ноги на 90° во всех направлениях, в сочетании с различными перегибами корпуса.

Следующее движение, battement fondu, связано с проработкой одного из основных приемов классического танца — plié-relevé. От правильного исполнения его зависят устойчивость во всех позах и положениях в adagio, вращении, пальцевой технике, качество прыжка. Battement fondu хорошо сочетать с battement frappé, меняя темп на быстрый. В battement frappé важно проследить за абсолютной дотянутостью стопы и резким характером выполнения движения. Неожиданные повороты корпуса в этом упражнении развивают ловкость и координацию.

В rond de jambe en l'air следует хорошо отработать быстрый double rond de jambe, поэтому от спокойного темпа желательно постепенно переходить на быстрый. В этой же комбинации дается rond de jambe en l'air на 90°.

В adagio помимо développé, grand rond de jambe отрабатываются все виды fouetté, pirouettes с различных приемов и из позы в позу, développé tombé, flic-flac en tournant в большую позу.

Double battement frappé сочетается с petit battement, battement battu. Движение окрашивается поворотами корпуса в маленькие или большие позы и вращением.

Последнее движение экзерсиса у станка — grand battement, в котором важно добиваться легкого и быстрого броска ноги вверх.

В комбинации экзерсиса у станка полезно включать такие прыжки как ballonné battu, cabriole fermée и cabriole, rond de jambé en l'air sauté и grand fouetté sauté en tournant. Сложные движения в старших классах требуют иной координации движений, чем в младших и средних. Начиная с battement tendu даются различные переводы рук, повороты

корпуса. Часто движения завершаются не в V позицию, а в позы.

В конце экзерсиса у станка полезно дать комплекс разнообразных растяжек для развития шага и выворотности.

Темп экзерсиса у станка должен быть предельно спокойным. Важно проработать каждое движение, закрепить пройденное, постоянно стремиться и добиваться выворотности и абсолютной правильности исполнения движений. Медленный темп дает возможность достичь этого.

Но строить весь экзерсис в медленном темпе нельзя. Помимо чередования медленного и быстрого темпов, полезно выполнить комбинацию сначала в медленном, а затем повторить ее в быстром темпе.

Не рекомендуется во время экзерсиса у станка делать большие паузы между упражнениями. Необходимо помнить, что одна из задач экзерсиса — это выработка силы мышц и выносливости. Некоторые педагоги останавливают урок, подробно объясняют ошибки, поправляют учеников. На это уходит много времени, паузы нарушают правильный темп ведения экзерсиса, сводят на нет эффективность исполненных до этого упражнений. Считаю, что объяснить и повторить движение, поправить ошибки можно и нужно по ходу исполнения, а также в паузе после окончания экзерсиса у станка.

В экзерсисе на середине мы сохраняем традиционность его построения. Маленькое adagio — это первая комбинация, выполняемая на середине зала. Учащиеся должны проверить свою устойчивость без опоры, особенно в движениях с переходом с одной ноги на другую, подготовить себя к выполнению других, более сложных движений.

Можно выстраивать маленькое adagio полностью на temps lié с pirouette или grand temps relevé en tournant. Полезно в маленьком adagio отработать одно-два сложных движения. Предположим, fouetté en effacé или grand fouetté en tournant в 3-й arabesque и 1-й arabesque. На первом этапе они могут сочетаться с различными tours lent, pirouettes, заканчивающимися в большие позы. Постепенно усложняются tours в больших позах. Непременным правилом для нас является соединение маленького adagio с battement tendu и вращением. Вся комбинация повторяется в обратном направлении.

Battement fondu исполняется в больших позах, с поворотами и включением tours в больших позах с plié-relevé, выполняемых несколько раз подряд. Это вырабатывает хорошую устойчивость.

В старших классах много внимания мы уделяем отработке вращения. Чтобы вращение стало одним из выразитель-

ных средства создания художественного образа в балетном спектакле, будущий артист должен в совершенстве овладеть его техникой. Он должен одинаково хорошо владеть как динамичным, энергичным темпом вращения, так и плавным, спокойным.

Вращение требует ежедневной тренировки. И в то же время перенасыщенность урока вращением может не дать нужного результата. Эффективности следует добиваться не столько количеством отдельных движений, сколько качеством их исполнения, то есть настойчиво добиваться академически правильной, красивой формы вращения. Отрабатывая у ученика вращение с продвижением, следует научить его правильно распределять пространство танцевальной площадки, мысленно вычерчивая линию — прямую, диагональ, круг — и четко следя за ей при исполнении вращения.

Большое *adagio* в старших классах — это маленький танцевальный этюд. Обычно его длительность — 32 такта, при музыкальном размере 3/4. *Adagio* включает в себя наибольшее количество сложных движений и требует от учеников стабильной устойчивости, выносливости, музыкальности, артистизма. Оно как бы подводит итог всесторонней подготовленности учащихся. Поэтому так важно закрепить ряд приемов, отработать сложные движения в комбинациях, предшествующих большому *adagio*.

В *grand battement* важно добиться скорости, легкости выброса ноги вверх, учитывая, что в старших классах он исполняется на полупальцах и с включением работы корпуса. Обычно *grand battement* сочетается с такими виртуозными движениями, как *grand fouetté en tournant* в различные позы, сложное вращение, прыжки, танцевальные переходы.

Выдающиеся педагоги-хореографы всегда придавали *allegro* первостепенное значение. Ваганова писала: «В нем, *allegro*, заложена танцевальная наука, вся ее сложность и залог будущего совершенства»¹.

В современных спектаклях балетмейстеры используют все виды прыжков, рассматривая их как яркое выразительное средство для раскрытия образов спектакля. Особое распространение в современных спектаклях имеют большие полетные прыжки: *grand jeté*, *jeté entrelacé*, *grand jeté pas de chat*, *jeté en tournant* по диагонали и по кругу и другие. Следует отметить, что труднейшие прыжковые движения теперь исполняют не только балерины и солисты, но и артисты кордебалета, что заставило обратить серьезное внимание на развитие техники прыжка в школе.

¹ Ваганова А. Я. Основы классического танца. Л., «Искусство», 1980, с. 14.

На каждом уроке должны тщательно прорабатываться все виды прыжков — маленькие, средние и большие.

Хочется напомнить высказывание Н. Тарасова: «Хорошая элевация и баллон зависят от наличия достаточной силы, выносливости и волевой стойкости ученика... Малое и недостаточное количество прыжков, входящих в каждое задание, не может в должной мере утвердить хорошую элевацию и баллон¹. Педагогам целесообразно планировать прохождение прыжков на неделю, при этом в каждом уроке должно присутствовать не меньше двух комбинаций на маленькие прыжки, двух на средние и не менее четырех на большие, на которые должно быть выделено не меньше 20 минут.

Педагог должен разъяснить ученикам, в чем разница между маленькими, средними и большими прыжками, а также дать почувствовать особенности партерных, стелющихся прыжков и воздушных, устремленных ввысь.

Целый ряд прыжков, таких, как *grand sissonne ouverte*, *grand jeté renversé*, *jeté passé*, *pas de ciseaux*, хорошо отработать в экзерсисе на середине, вставляя их в комбинации *adagio* и *grand battement*.

Работая над *allegro*, очень важно проработать все связующие движения, так как качество подхода к прыжку, его активность помогают правильно и сильно выполнить прыжок. Кроме того, небрежно выполненные связующие движения часто снижают общее впечатление от прыжковой комбинации, даже если основные прыжки выполнены достаточно хорошо.

Раздел заносок в женских классах не менее важен, чем в мужских — они хорошо вырабатывают силу ног.

Современный балетный спектакль требует совершенного владения пальцевой техникой. Танцовщица исполняет на пальцах сложные вращения, прыжки, переходы из одной позы в другую. На развитие пальцевой техники мы обращаем серьезное внимание. Я провожу урок на пальцах не менее трех раз в неделю. Но подготовка к нему должна проводиться ежедневно. Уже в экзерсисе на середине целесообразно выполнять некоторые пальцевые комбинации на высоких полупальцах, включая их в *battement fondu*, *adagio*, *grand battement*. В результате эти упражнения будут нацелены на раздел пальцевой техники.

В те дни, когда дается экзерсис на пальцах, на *allegro* и на экзерсис на середине зала отводится меньше времени. Можно в этот день исключить большое *adagio*, так как оно частично может быть исполнено на пальцах.

В старших классах увеличивается длительность комбина-

¹ Тарасов Н. И. Классический танец. М., «Искусство», 1971, с. 82.

ций (они должны занимать, однако, не более 32 тактов при музыкальном размере 3/4). Такие комбинации имеют уже танцевальную форму.

Построение каждой комбинации должно быть обусловлено задачей всего урока. Каждая комбинация неразрывно связана как с предыдущей, так и с последующей.

Н. И. Тарасов указывал: «Все должно быть взаимосвязано и работать на методическую целостность урока, его хореографическую и логическую стройность развития, а не дробиться на отдельные разрозненные части»¹.

Общеизвестно, что каждый педагог ежедневно, сочиняя комбинации, является как бы балетмейстером, постановщиком танцевальных композиций. Как мы уже говорили выше, в учебном процессе огромное значение имеет умение педагога строить комбинации. Есть педагоги, которые увлекаются «балетмейстерством», составляют комбинации, подчас не соответствующие программе данного класса и не выполняющие учебную задачу. С другой стороны, примитивно составленная комбинация не развивает танцевальности и выразительности учащихся. Комбинация должна быть не только полезной в учебном плане, она должна развивать художественно-артистическую натуру учащихся, способствовать развитию профессиональной памяти.

В своей работе я придерживаюсь определенных принципов в построении учебных комбинаций. Вначале я сочиняю очень простую комбинацию, постепенно от урока к уроку ее усложняю, то есть иду от простого к сложному. Когда ученики утомлены, я предлагаю им более легкие танцевальные комбинации, то есть в этом случае иду от сложного к простому.

Большую роль играет смена темпа внутри комбинации. Предположим, в экзерсисе у станка *rond de jambe par terre* я даю на 8 тактов размера 3/4 таким образом: 2 *ronds* — 3 *ronds* — 5 *ronds* и 2 *ronds*.

При сочинении комбинаций можно использовать логическое развитие движения или же перебивать его контрудвижением, что в музыке аналогично контратемпу. Подобные «неудобные» комбинации ставят перед учащимися дополнительные сложности, воспитывают ловкость и собранность, умение владеть своим телом.

Мне кажется правильным использовать в уроке отдельные части вариаций из балетов классического наследия. Вариации эти созданы крупнейшими хореографами прошлого, и работа над ними полезна для выявления артистической индивидуальности детей.

¹ Тарасов Н. И. Классический танец, с. 82.

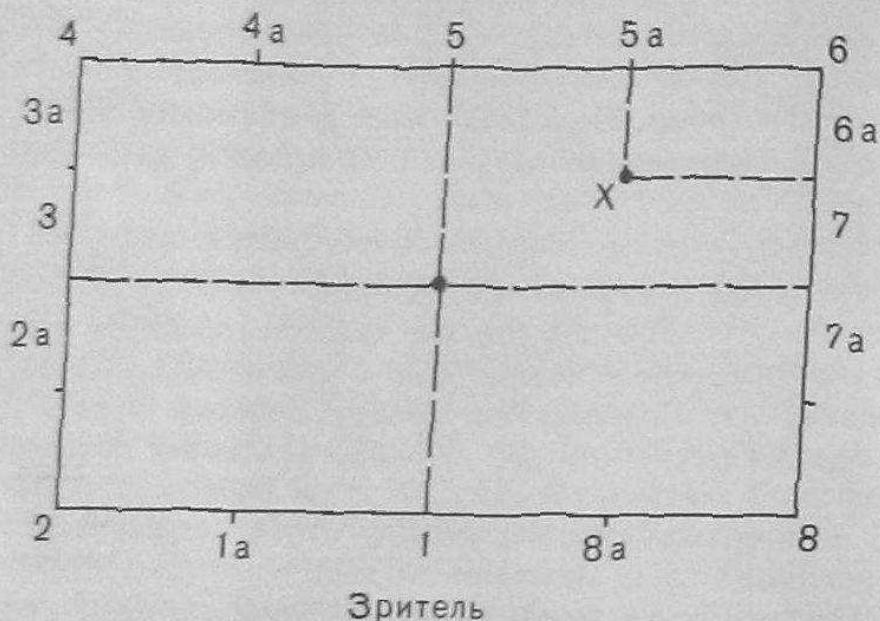
Нельзя забывать, что ежедневное повторение одних и тех же движений рождает автоматизм в их исполнении. К сожалению, в нашей профессии не всегда количество переходит в качество. Достичь хорошего качества возможно только при сознательной работе, при постоянном самоконтроле. Старшие ученики должны четко знать, как правильно исполняется каждое движение, а также уметь анализировать возможные ошибки при исполнении. Если учащиеся приучены к такой вдумчивой, внимательной работе, то есть самоконтрлю, педагогу не надо много говорить во время исполнения движений. Достаточно коротких корректирующих указаний. Необходимо постоянно знакомить учащихся с методикой классического танца. Подобный метод обучения, представляющий собой соединение теории с практикой, дает ощутимые результаты.

В старших классах музыкальное сопровождение урока имеет огромное значение. Выпускники училища должны быть подготовлены к работе в театре, где им придется столкнуться с разнообразной и подчас очень сложной музыкой балетного спектакля. Поэтому на уроках должны использоваться произведения русской и зарубежной классики, лучшие образцы советской музыки. В связи с этим большую роль играет работа концертмейстера в классе и его творческий контакт с педагогом.

Составляя урок и отдельные комбинации, педагог должен исходить не только из метро-ритмической стороны музыки, но пластически передать ее характер, особенности ее формы и структуры. Только в этом случае возможно воспитать истинную музыкальность, необходимую современному артисту балета.

ПРИНЦИПЫ ЗАПИСИ УРОКОВ

При записи уроков классического танца используется общепринятое деление зала по точкам.



Пересечение линий 3—7 и 5—1 образует центр. Линии 6—2, 4—8 — диагонали. Положение X фиксируется как 5а—6а.

Лист для записи уроков делится на четыре графы.

В первой графе слева указывается последовательность тактов данной комбинации. Цифра 1 обозначает первый такт, цифра 2 — второй такт и т. д., 1—4 значит: с первого по четвертый такт. Сверху в графе указывается количество тактов, занимаемое приведенной ниже комбинацией.

Во второй графе указываются доли такта. $\frac{1}{4}$ — обозначает одну четверть, $\frac{1}{8}$ — одну восьмую. Арабские цифры показывают не последовательность долей такта, а их количество. $2\frac{1}{4}$ следует прочитывать не как вторую четверть, а как две четверти, то есть движение исполняется на две четверти такта. Сверху в графе указывается музыкальный размер данной комбинации.

В третьей графе дается описание движений и положения ног.

В четвертой графе — описание положений рук.

Сверху в третьей и четвертой графе указывается исходное положение перед началом движения.

Вступление перед началом движения выделяется двумя горизонтальными чертами.

Запись движения производится от исполнителя.

Данная структура записи танца была выработана участниками Всесоюзных семинаров по записи танца, организованных Министерством культуры СССР и проводившихся под руководством В. И. Уральской.

Она дала возможность фиксации танцевальных номеров со сложным композиционным построением и сложной музыкальной раскладкой движений. По такой структуре в Московском академическом хореографическом училище была произведена запись более 200 уроков классического танца, вариаций, сцен из балетов.

Эта работа потребовала уточнения терминов классического танца, выработки специального словаря, стандартизации в описании определенных положений классического танца.

К сожалению, приходится констатировать, что в нашей стране в настоящее время не издано ни одного словаря французских терминов классического танца.

Справки по терминологии можно получить во всех работах, посвященных методике классического танца, а также в энциклопедии «Балет» и справочнике «Все о балете».

Изучение этих материалов выявило отсутствие единства в употреблении терминов в работах советских авторов. Так ряд важных и широко распространенных терминов имеет несколько значений и употребляется для обозначения различных движений.

Было проведено исследование иностранных словарей французских терминов, а также работ, связанных с записью танца.

Перед нами стояла задача выбора термина, более отвечающего традициям, сложившимся в советской хореографической школе, и имеющего наиболее широкое распространение в мире.

Это коснулось такого термина как *déglagé*. В данной работе он используется как выведение вытянутой ноги на носок приемом *batttement tendu*, поднятие вытянутой ноги на воздух рассматривается как *déglagé en l'air* (45° или 90°).

Работа по записи потребовала четкого определения другого важного движения классического танца — шага на пальцы или полупальцы в любом направлении. Мы остановились на термине *piqué*.

Мы сочли целесообразным отказаться от некоторых слов, сопровождающих термины. Сами по себе они не несут никакой дополнительной информации, содержащейся в самом термине.

Вместо *battement tendu jeté* употребляется *battement jeté*, вместо *grand battement jeté* — *grand battement*, вместо поворот *souetté* — *souetté*, вместо *petit battement sur le cou-de-pied* — *petit battement*, вместо *tours chaînés* — *chaînés*.

Поскольку в экзерсисе у станка, на середине, *allegro* употребляется только *rqué* на полупальцы, то в тексте опускается слово полупальцы.

Так же в экзерсисе на пальцах вместо *rqué* на пальцы употребляется *rqué*.

Этот же принцип распространяется на *relevé*, которое в тексте рассматривается только как поднятие на полупальцы или пальцы одной или двух ног.

Термин *demi-plié* употребляется в экзерсисе у станка в случаях разделения движения на *grand plié* и *demi-plié*. Во всех остальных случаях в значении *demi-plié* употребляется термин *plié*.

Все вращения на полу, при которых работающая нога находится на *sur le cou-de-pied*, рассматриваются как *pirouette*. Все вращения на полу в больших позах (*arabesque*, *attitude*, *à la seconde*) рассматриваются как *tour*.

В приведенных уроках все виды вращения в экзерсисе у станка, а также *défourné* и *demi-défourné* заканчиваются на полупальцах, поэтому при записи этот момент опускается.

В данной работе в IV позиции нога, находящаяся впереди, присогнута, за исключением IV позиции в экзерсисе у станка в комбинации *pliés*; где две ноги вытянуты.

Во всех видах вращения *en dehors* при заканчивании в IV позицию работающая нога опускается сзади опорной.

Толчковый шаг перед прыжком обозначается как *шаг-сoupé*.

Когда в движениях встречается поза *attitude* назад, то слово «назад» в тексте опускается.

Такие движения, как *battement tendu*, *battement jeté*, *grand battement*, *battement frappé*, *double frappé*, *petit battement*, *pirouette*, *tour souetté*, все движения *allegro*, экзерсиса на пальцах, подходы к прыжкам начинаются из-за такта. Но этот момент в записи не фиксируется. В исключительных случаях дается специальное указание.

Все позиции ног и рук обозначаются римскими цифрами, при этом слово «позиция» не пишется, кроме первой позиции.

В известный период французские слова, выступающие в качестве терминов классического балета, потеряли подчинение правилам французской грамматики.

В работах по записи уроков классического танца В. Костровицкой «100 уроков классического танца», А. Месссерера «Уроки классического танца» употребляются *assemblé*, *tom-*

bé, cabriole и т. д. По правилам французской грамматики следовало бы писать — un pas assemblé, un pas tombé.

В работах Костровицкой, Мессерера термины *croisé*, *effacé* имеют согласование в роде по отношению к русским словам — поза или направление — причем направление указывается предлогом «на».

В работе Костровицкой движение *développé* вперед правой ногой в т. 8 всегда расценивается как поза и пишется — *développé* в позе *croisée* вперед.

В работе Мессерера точность аналогичного движения указывается через направление — *développé* вперед на *croisé*.

В работе Головкиной не употребляются существительное «поза» и предлог «на».

Термины *croisé*, *effacé*, *écarté* расцениваются как одно из направлений *épaulement*. В целом ряде случаев они относятся к знаку П, который обозначает: правая нога.

В свете вышеизложенного в работе Головкиной при записи уроков в русском тексте французские термины — *croisé*, *effacé*, *écarté*, *allongé*, *tombé* не имеют согласования в роде, то есть теряют подчинение правилам французской грамматики. Это в значительной степени облегчило запись и прочтение записи движений, в то же время ни в коей мере не изменило значения термина.

Хочется выразить глубокую благодарность за советы и терпеливую помощь в работе над записью уроков заведующей методическим кабинетом [Е. Б. Малаховской] и педагогу училища Р. С. Петерсон.

В тексте используются сокращения:

правая (нога, рука) — П

левая (нога, рука) — Л

en dehors — en dh

en dedans — en dd

effacé — eff

battement — bt

точка — т

arabesque — arb

attitude — att

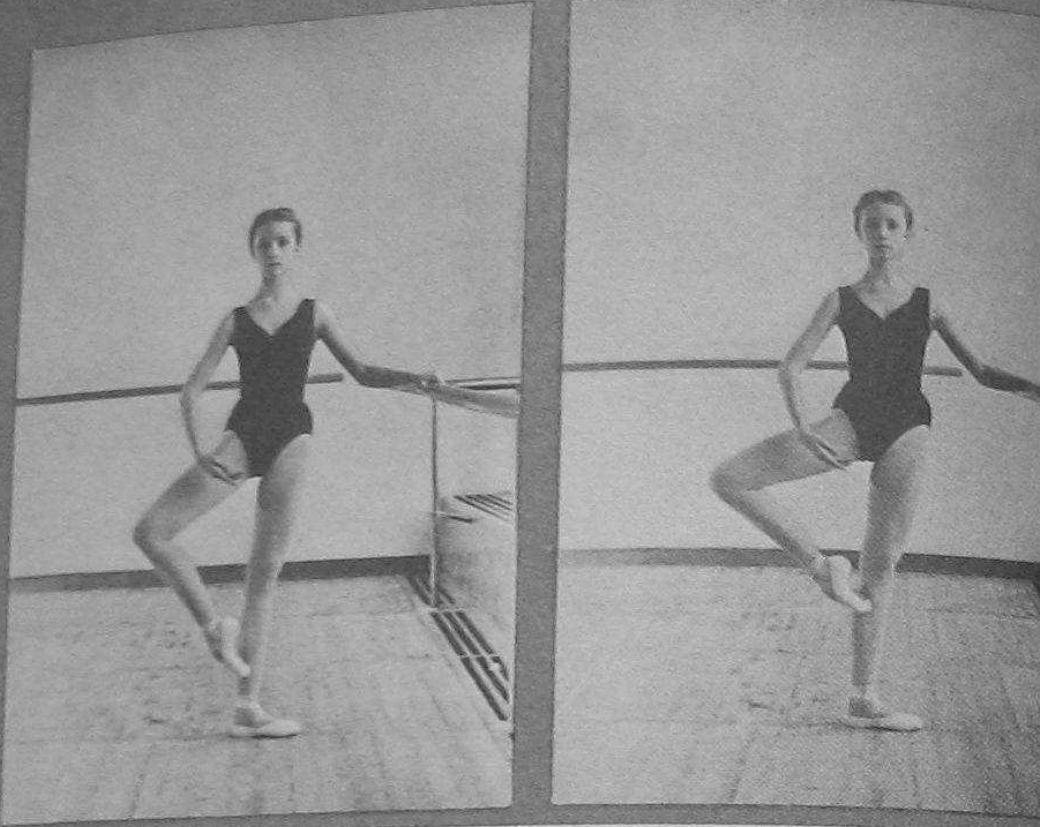
руки — Р

подготовительное положение — Пп.



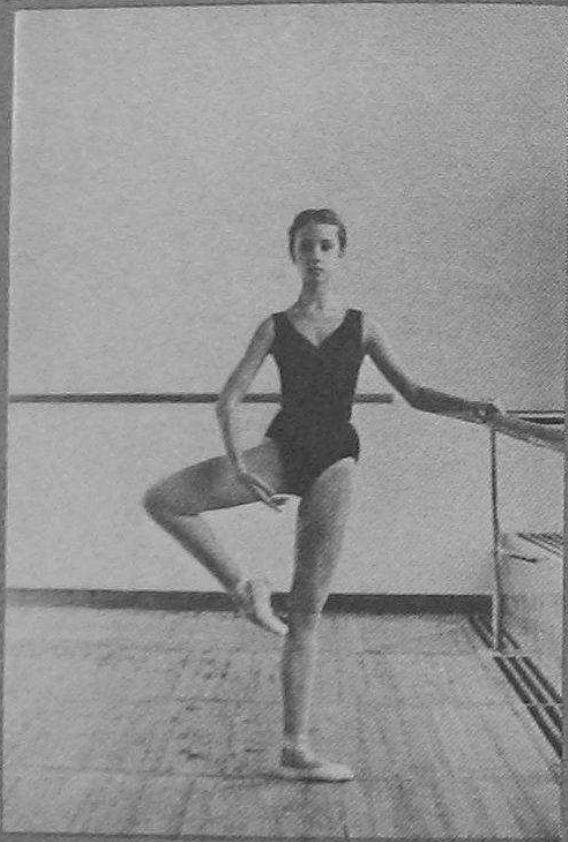
КРАТКИЙ СЛОВАРЬ ТЕРМИНОВ КЛАССИЧЕСКОГО ТАНЦА





1 2

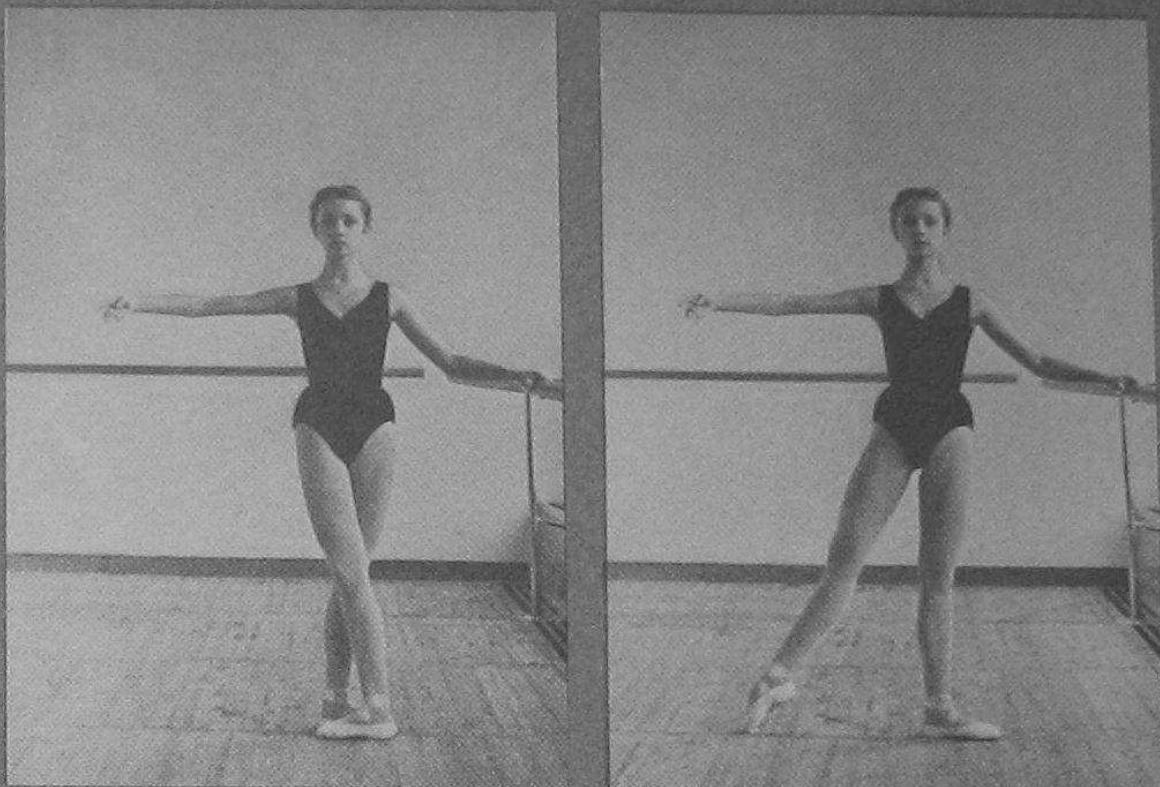
3



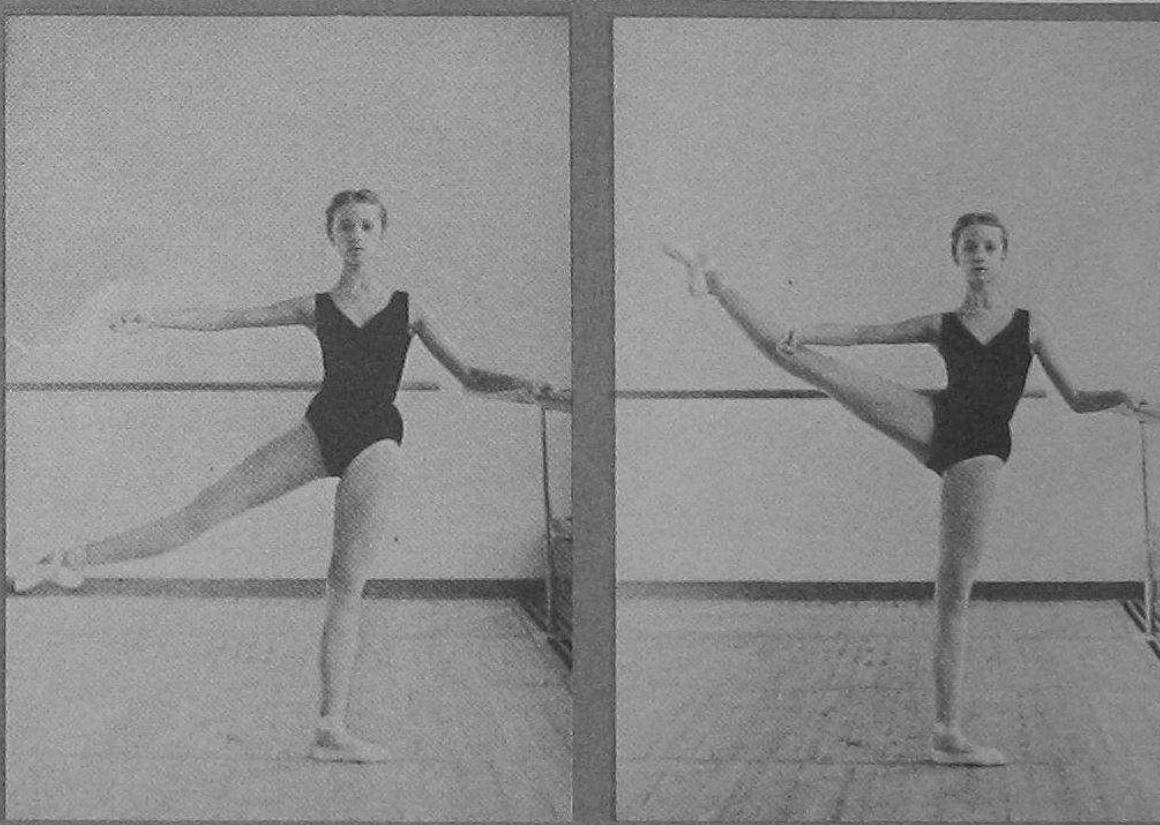
1. Sur le cou-de-pied

2. Retiré

3. Passé

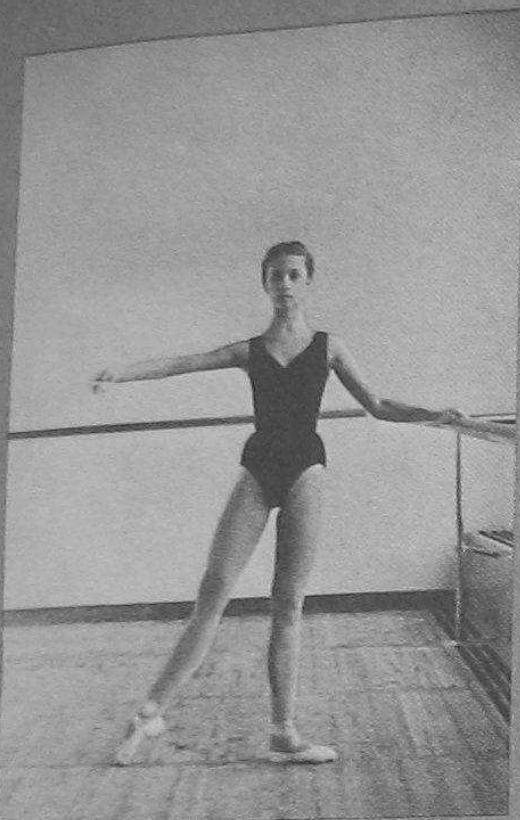


4 5



4—5. *Dégagé à terre* — выдвижение вытянутой ноги на носок приемом *battement tendu*

6—7. *Dégagé 45°, 90°* — поднятие вытянутой ноги на 45° или 90°



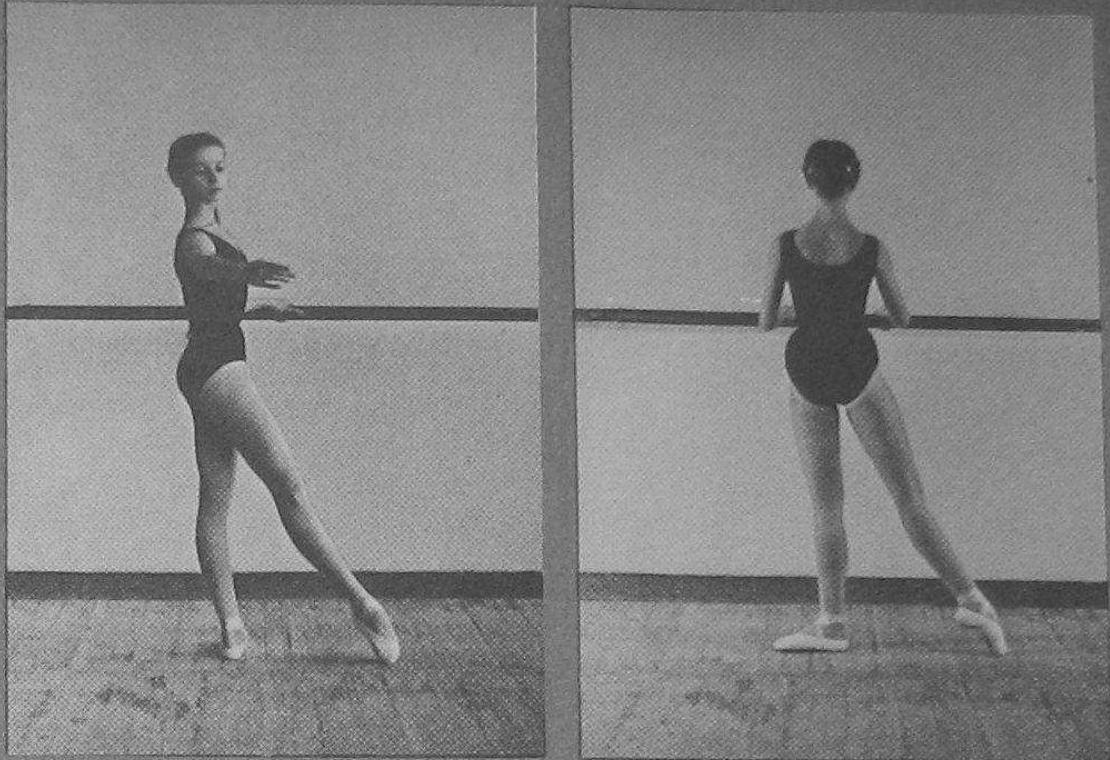
8



9

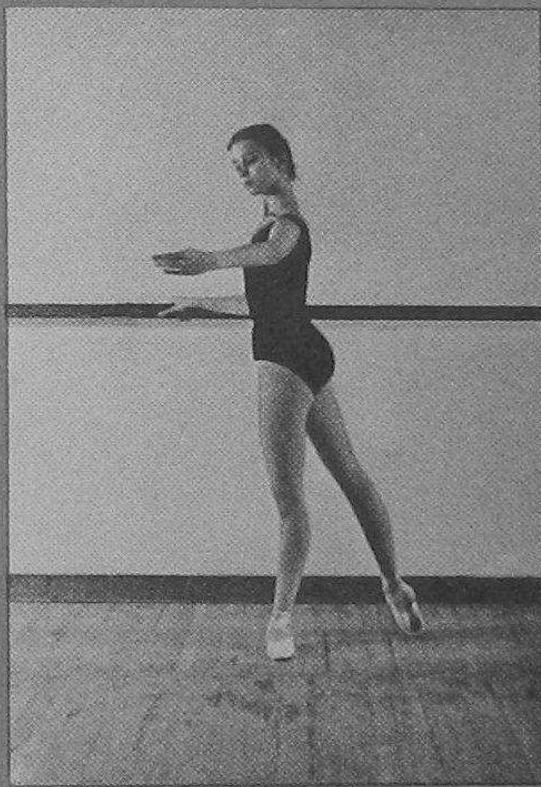
8. Pointe tendue

9. 2-й arabesque à terre



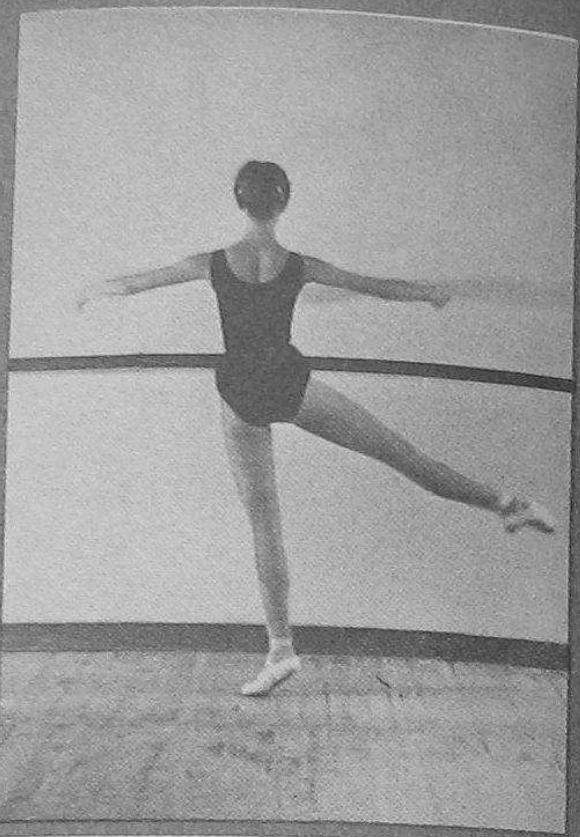
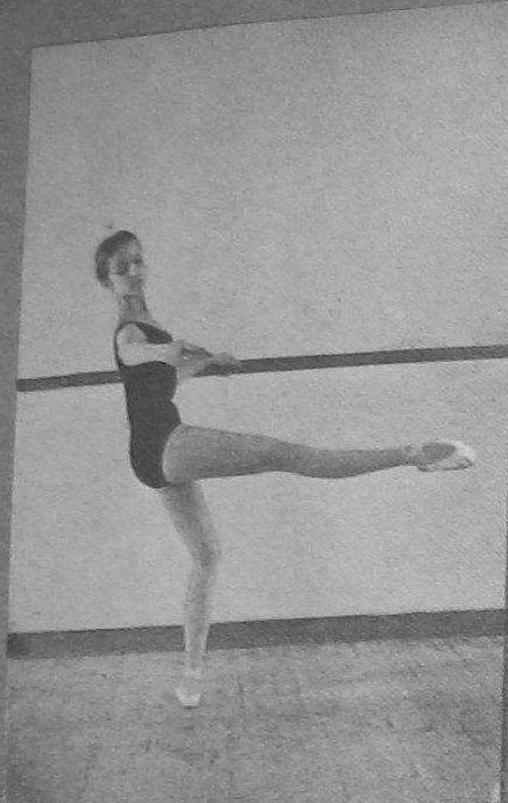
10 11

12



10—12. Fouette à terre

13 14

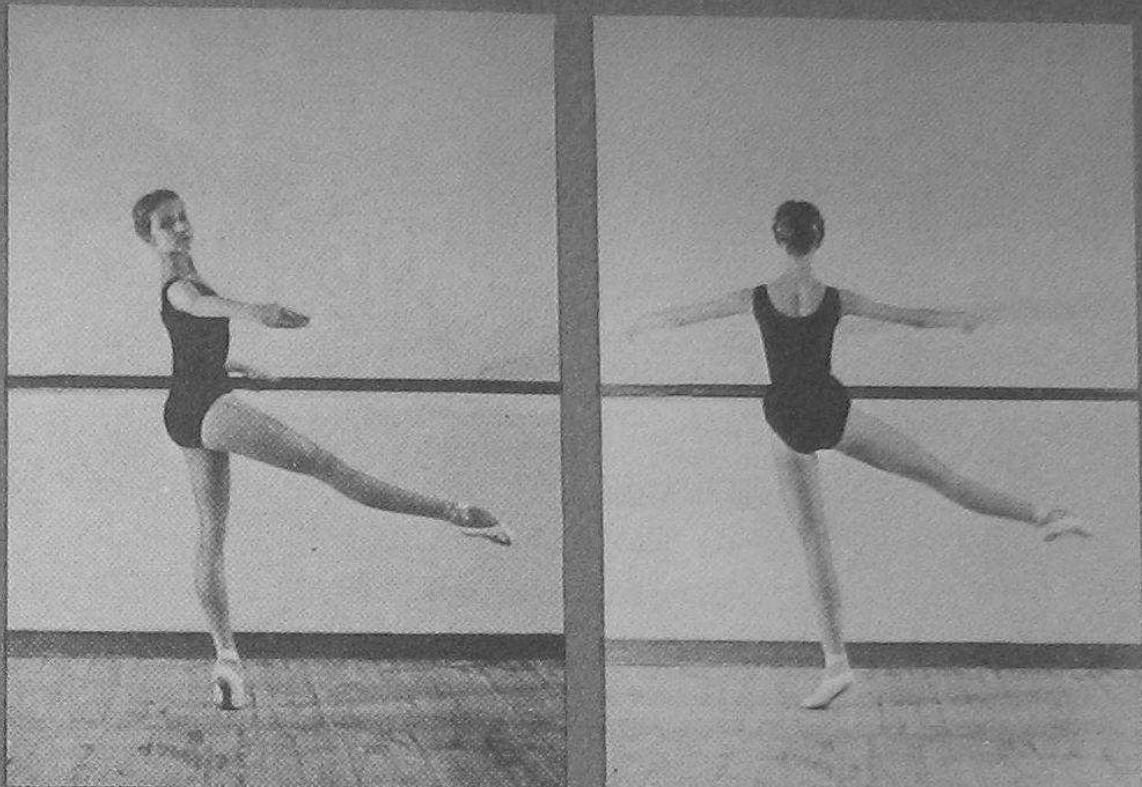


15

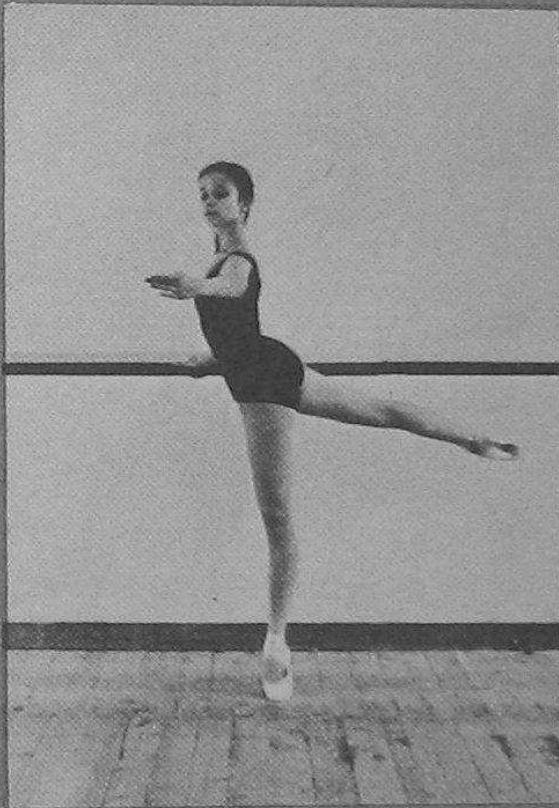


13—15. Fouette

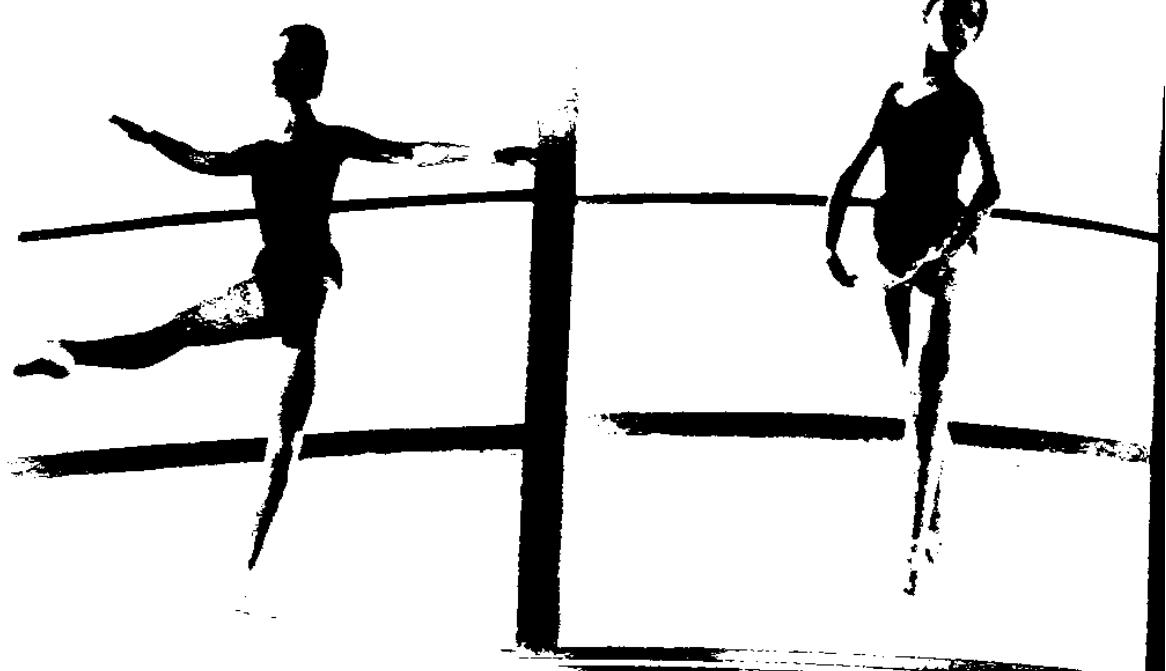
16 17



18



16—18. Fouetté relevé



19 20

21 22



19—22. Glissade на полупальцах en tournant



23 24

25



23. PiquÃ© в 1-й arabesque

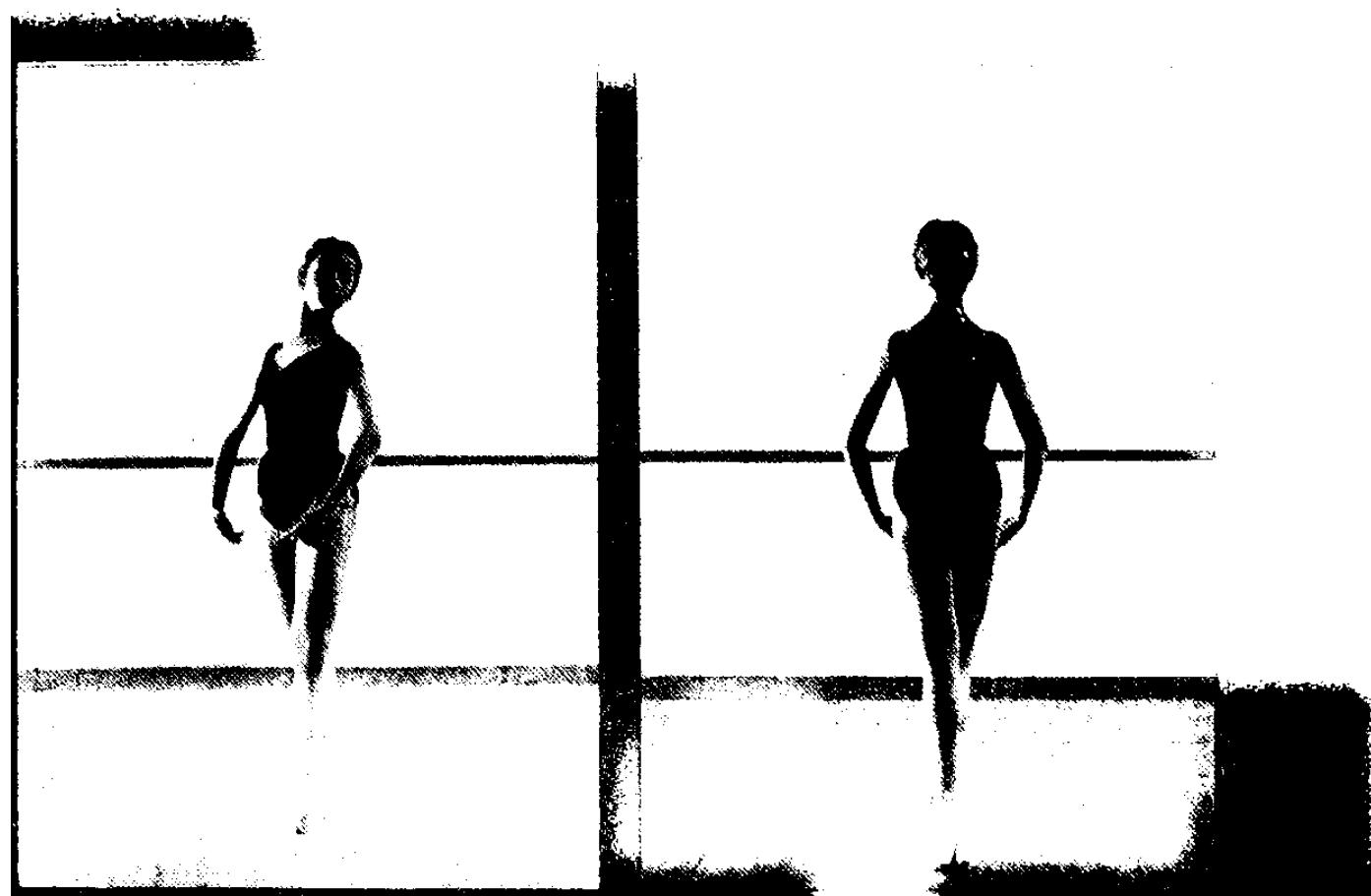
24 – 25. Поза Ã©cartÃ© назад в экзерсисе у станка



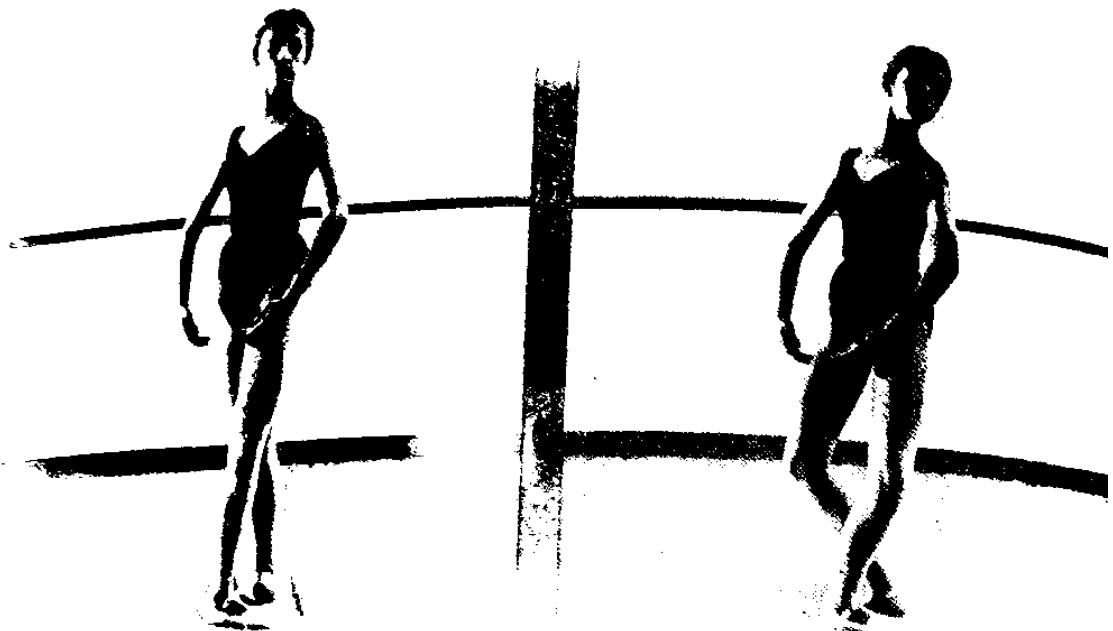
26 27

-détour.

Позиция, левая нога впереди. Полупlié или полупальцев по V позиции с закончить V правая нога впереди



28 29



30 31

32

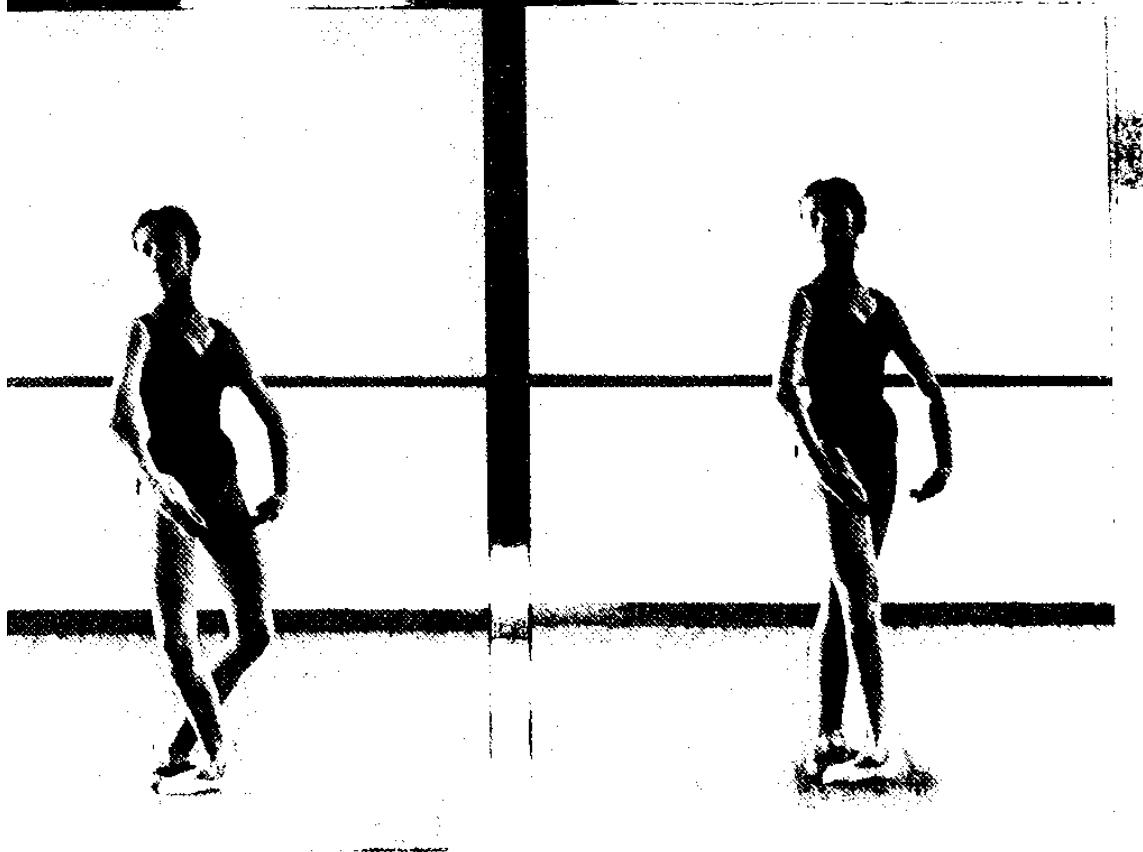


30—36. Detourné — V позиция, левая нога впереди. Поворот en dehors с plié или полупальцев по V позиции с переменой ног, закончить V правая нога впереди



33 34

35 36





37

38

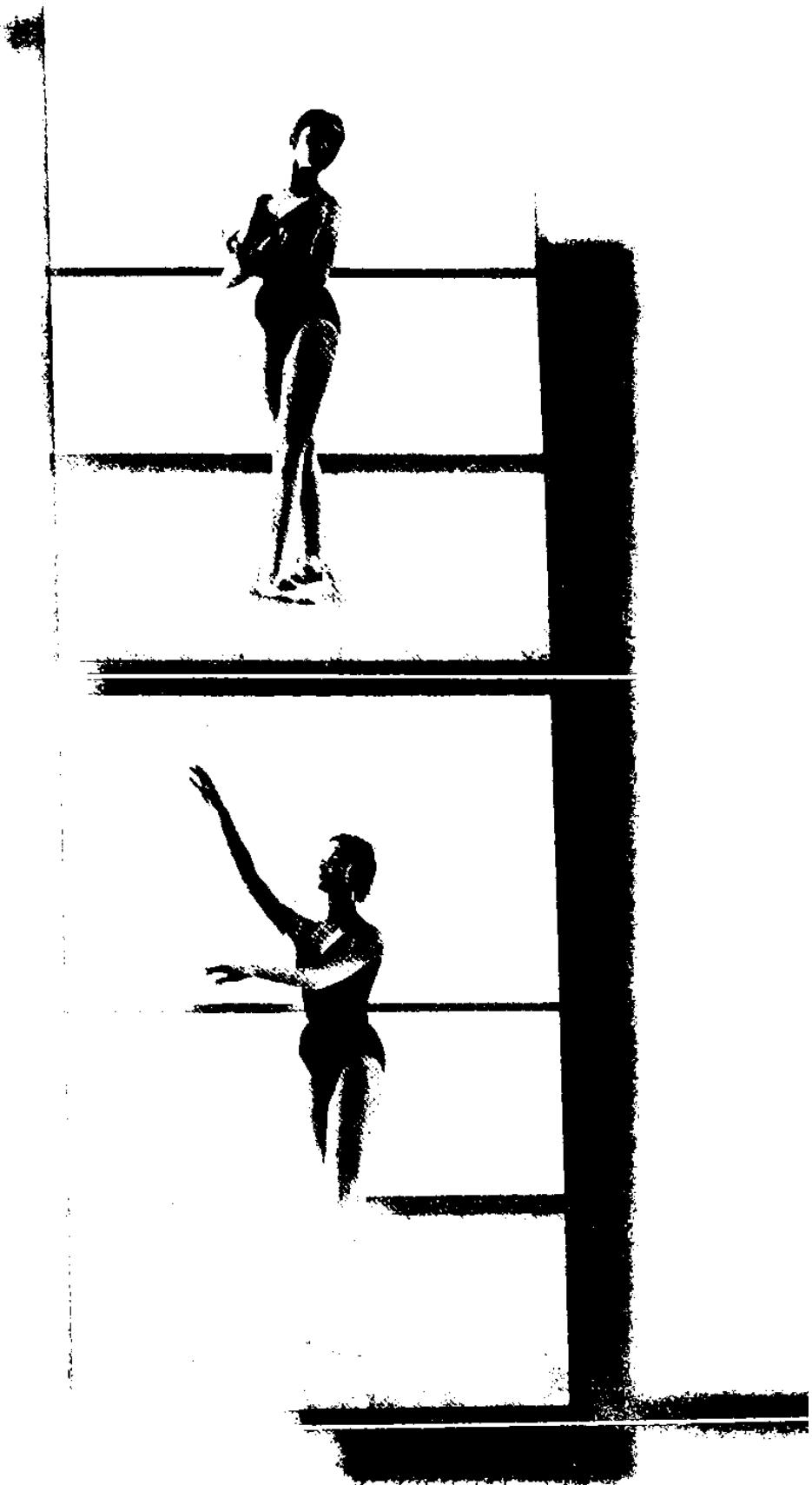
39



37. II позиция заниженная

38. II позиция заниженная *allongé*

39. I позиция руки скрещены *allongé*



40

41

40. I позиция руки скрещены на груди

41. Правая рука — III позиция, левая рука — I позиция, обе —
allongé

УРОКИ КЛАССИЧЕСКОГО ТАНЦА
I КУРСА



ПЕРВЫЙ УРОК

ЭКЗЕРСИС У СТАНКА

PLIÉ

| | | | |
|-----------------|------------------|---|-----------|
| 80 ¹ | 3 4 ² | I позиция | П—Пп |
| 1—2 | | | П—I—I |
| 1—4 | | I demi-plié | П—III—I |
| 1—4 | | 4 bt tendus в сторону по I (П, Л, П, Л) | П—III—I |
| 1—4 | | grand plié | П—Пп—I—I |
| 1—3 | | grand plié | П—III—I—I |
| 4 | | П dégagé à terre в сторону, II | |
| 1—3 | | II demi-plié | П—III—I |
| 4 | | закончить П pointe tendue | |
| 1 | | перейти на П, Л pointe tendue | |
| 2 | | перейти на Л, П pointe tendue | |
| 3 | | перейти на П, Л pointe tendue | |
| 4 | | перейти на Л, П pointe tendue, II | |
| 1—4 | | II grand plié | П—Пп—I—I |
| 1—3 | | grand plié | П—III—I—I |
| 4 | | П demi-rond de jambe par terre en dd, IV | |
| 1—4 | | IV demi-plié | П—III—I |
| 1—4 | | 4 bt tendus в сторону (П, Л, П, Л), закрывая в IV позицию, не меняя | |
| 1—4 | | grand plié | П—Пп—I—I |
| 1—3 | | grand plié | П—III—I—I |
| 4 | | П закрыть в V | |
| 1—4 | | V demi-plié | П—III—I |
| 1—4 | | 4 bt tendus в сторону (П, Л, П, Л), не меняя V | |
| 1—4 | | grand plié | П—Пп—I—I |
| 1—3 | | grand plié | П—III—I |
| 4 | | relevé | |
| 1—7 | | 3 port de bras на полупальцах, закончить | |

¹Количество тактов всей комбинации.

²Музыкальный размер.

| | | | |
|-----|--|---|-------|
| 1—2 | | корпус перегнуть в сторону налево | П—III |
| 3—4 | | корпус выпрямить | П—II |
| 1—2 | | П relevé | |
| 3—4 | | Л опустить в V назад, опуститься на целую стопу | П—Пп |

BATTEMENT TENDU

| | | | |
|------|------|--|-----------|
| 32 | 2/4 | V П впереди | П—Пп |
| 1 | | | П—I—II |
| 1 | 2 ↘ | П 2 вперед | |
| 2 | ↗ | 3-й через 1 pointe tendue назад на plié | П—III |
| | ↗ | П закрыть в V, колени вытянуть | |
| 3—4 | 4 ↗ | Л 4 вперед | П—II |
| 1 | 2 ↗ | П 2 назад | |
| 2 | ↗ | 3-й через 1 pointe tendue вперед на plié | П—III |
| | ↗ | П закрыть в V, колени вытянуть | |
| 3—4 | 4 ↗ | Л 4 назад | П—II |
| 1—3 | 6 ↗ | П 6 в сторону, меняя V, П dégagé à terre в сторону | |
| 4 | ↗ | plié по II, закончить | П—I—II |
| | ↗ | П pointe tendue, Л вытянуть | |
| | ↗ | П 2 раза опустить пятку, закончить pointe tendue | |
| 1—4 | 16 ↗ | П 16 в сторону по I, закончить в V назад | П—Пп—I—II |
| 1—16 | | Повторить всю комбинацию в обратном направлении, закончить в V П впереди | |

BATTEMENT JETÉ¹

| | | | |
|-----|-----|--|-------------|
| 16 | 2/4 | | |
| 1 | 2 ↗ | П 2 вперед | П—Пп—I—III |
| 2 | 3 ↗ | 3 вперед ² | |
| 3 | 2 ↗ | Л 2 назад | П—I—4-й arb |
| 4 | 3 ↗ | 3 назад | |
| 1—2 | 4 ↗ | Л 4 бт retirés на sur le cou-de-pied, меняя V, закончить в V назад | П—III |

Во всех уроках бт jeté исполняется без паузы после бт tendu.

²4-я восьмая служит началом следующего бт jeté.

3—4 | 7 Л | П 7 бт jetés в сторону по I, закончить в V назад | П—Пп—I—II

1—8 | | Повторить всю комбинацию в обратном направлении

RONDE DE JAMBÉ PAR TERRE

| | | | |
|------|-----|--|--------|
| 64 | 3/4 | I позиция | П—Пп |
| 1—2 | | préparation en dh | П—I—II |
| 1—4 | | 4 ronds en dh | |
| 1 | | rond, закончить pointe tendue вперед на plié | П—I |
| 2 | | rond, закончить pointe tendue назад на plié | П—I |
| 3 | | rond en dd, закончить pointe tendue вперед на plié | П—I |
| 4 | | plié по I, Л вытянуть, П pointe tendue назад | П—I |
| 1—8 | | Повторить комбинацию 1—8-го тактов | |
| 1—15 | | Повторить всю комбинацию в обратном направлении | |
| 16 | | plié по I, Л вытянуть, П rond en dh | |
| 1 | | grand rond de jambe jeté en dh | |
| 2 | | rond de jambe par terre | |
| 3 | | grand rond de jambe jeté | |
| 4 | | rond de jambe par terre | |
| 1—2 | | grand бт вперед через | П—III |
| 3 | | passé développé назад | П—II |
| 4 | | через I pointe tendue вперед | |
| | | через I rond de jambe par terre en dd | |
| 1—7 | | повторить часть комбинации, начиная с grand | |
| 8 | | rond de jambé jeté в обратном направлении | |
| | | П закрыть в V назад | П—Пп |
| 1 | | Л développé вперед | П—I—II |
| 2 | | пауза | |
| 3—4 | | П plié, корпус наклонить вперед | П—I |
| 1—2 | | П вытянуть, корпус перегнуть назад | П—III |
| 3 | | корпус выпрямить | П—II |
| 4 | | Л опустить в V вперед | П—Пп |
| 1 | | П développé назад | П—I—II |

| | | | |
|---|--|---|-----------|
| 2 | | пауза Л глубокое plié (растяжка) во 2-й arb à terre пауза | П—2-й arb |
| 1 | | Л, чуть приподнявшись, сохраняя plié, П dé-gagé 90° во 2-й arb | |
| 2 | | Л relevé | |
| 3 | | П опустить в V назад, корпус перегибая назад | |
| 4 | | корпус выпрямить | |
| J | | Л шаг вперед в 1-й arb à terre | |

BATTEMENT FONDU¹

| | | | |
|------|-----|--|------------|
| 32 | 3/4 | V П впереди | П—Пп |
| 1—2 | | | |
| 1—2 | | П bt fondu вперед | П—I—I |
| 3 | | Л plié | |
| 4 | | 1-2 tour en dh, П впереди 45° | Л—I |
| | | П опустить в V вперед | П на палке |
| 1—2 | | Л bt fondu назад | Л—Пп—I—I |
| 3 | | П plié | |
| 4 | | 1-2 tour en dd, Л сзади 45° | П—I |
| | | Л опустить в V назад | Л на палке |
| 1—2 | | П bt fondu в сторону | П—I—I |
| 3—4 | | Л plié, 2 pirouettes en dh, закончить в сторону 45°. П опустить в V назад | П—I—I |
| 1—2 | | Л bt fondu вперед 90° | П—I—I—I |
| 3—4 | | П bt fondu в сторону 90° | П—I—I |
| 1—16 | | Повторить всю комбинацию в обратном направлении, закончить в V П сзади на полу-пальцах | |

BATTEMENT FRAPPÉ²

| | | | |
|-----|-----|------------|-----|
| 8 | 2/4 | | |
| 1—2 | 7 | Л 7 вперед | |
| 3—4 | 7 | Л 7 назад | П—I |

¹Во всех уроках исполняется на 45° на полупальцах.

²Во всех уроках исполняется без паузы после bt fondu на полупальцах.

| | | | |
|-----|-----|--|--------------|
| 1—2 | 7 ↘ | П 7 в сторону Л plié, П sur le cou-de-pied впереди, с temps relevé 2 pirouettes en dh закончить в att | П—I П—III |
|-----|-----|--|--------------|

RONDE DE JAMBE EN L'AIR

| | | | |
|-----|-----|---|--------|
| 16 | 2/4 | V П впереди | П—Пп |
| 1 | | préparation — temps relevé en dh | П—I—II |
| 1 | 3 ↘ | 3 ronds en dh, закончить на plié tour fouetté en dh | |
| 2 | ↘ | закончить в сторону 45° на полупальцах double rond en dh | П—II |
| 3—4 | ↘ | повторить комбинацию 1—2-го тактов | |
| 1—2 | 3 ↘ | 3 doubles ronds (en dh, en dd, en dh) Л plié, П sur le cou-de-pied впереди | П—I |
| 3 | ↘ | 2 pirouettes en dh, закончить в сторону 45° | П—II |
| 4 | ↘ | П опустить в V назад на plié détourné, закончить в V П впереди | П—Пп |
| | ↘ | П dégagé 45° в сторону | П—II |
| 1—8 | | Повторить всю комбинацию в обратном направлении | |

ADAGIO

| | | | |
|-----|-----|---|---------------|
| 16 | 3/4 | V П впереди | П—Пп |
| 1—2 | | | |
| 1 | | П développé вперед на полупальцах | П—I—II |
| 2 | | пауза | |
| 3—4 | | demi-rond de jambe en dh | |
| 1—2 | | Л plié, 2 tours tire-bouchon en dh закончить П в att | П—III |
| 3—4 | | П tombé, Л впереди 90°, корпус перегнуть назад | П—III allongé |
| 1 | | Л piqué во 2-й arb | |
| 2 | | Л опустить на целую стопу, корпус наклонить вперед | П—I |
| 3—4 | | выпрямляя корпус, П demi-rond de jambe en dd | П—II |
| 1—2 | | Л plié, 2 tours tire-bouchon en dd | |

3

4

закончить П впереди 90°
soufflé, закончить в 4-й arb
П опустить в V назад

П—III
П на палке
Л—Пп

BATTEMENT DOUBLE FRAPPÉ

| | | | |
|-----|-----|--|---------------------|
| 16 | 2/4 | V П впереди | П—Пп |
| 1 | Л | П dégagé 45° в сторону на полупальцах | П—I П—II |
| 1 | Л | П в сторону ¹ | |
| | Л | вперед | |
| 2 | Л | с поворотом налево назад | П на палке, Л—II |
| | Л | с поворотом направо в сторону | Л на палке, П—II |
| 3—4 | | П 8 petits bat на полупальцах | П—Пп—I—II |
| 1 | | Л plié, П sur le cou-de-pied впереди, с temps relevé 2 pirouettes en dh закончить в сторону 45° | П—I |
| 2 | | пауза на полупальцах | П—II |
| 3 | | П bat eff вперед | П—I |
| 4 | Л | закончить П eff вперед 45° на plié Л relevé, П в сторону 45° с поворотом en face | П—I П—II |
| 1—8 | | Повторить всю комбинацию в обратном направлении | |

GRAND BATTEMENT

| | | | |
|-----|-----|---|-----------|
| 32 | 3/4 | V П впереди | П—Пп |
| 1—2 | | | П—I—II |
| 1—2 | | П 2 вперед | |
| 3—4 | | 3-й через I назад, закончить в V П сзади | П—2-й arb |
| 1—4 | | Л 4 вперед | П—II |
| 1—2 | | П 2 назад | |
| 3—4 | | 3-й через I вперед, закончить в V П впереди | П—2-й arb |

¹Все bat double frappé исполняются с relevé и заканчиваются pointe tendue.

| | | | |
|--------|----------|---|------------------|
| 1—4 | | Л 4 назад | |
| 1—4 | | П 4 в сторону на полупальцах, меняя V | П—II |
| 1 2 | 2 ↘ ↘ | П développé в сторону Л plié | П—Пп—I—II |
| 2 | | tour fouetté en dh, закончить | |
| 3—4 | | П écarté назад 90° на полупальцах П опустить в V назад с поворотом en face | П—III П—II—Пп |
| 1—4 | | П 4 в сторону на полупальцах, меняя V | П—I—II |
| 1 2 | 2 ↘ ↘ | П développé в сторону Л plié | П—Пп—I—II |
| 2 | | tour fouetté en dd, закончить | |
| 3—4 | | П écarté вперед 90° на полупальцах П опустить в V вперед с поворотом en face | П—III П—II—Пп |

ЭКЗЕРСИС НА СЕРЕДИНЕ ЗАЛА
МАЛЕНЬКОЕ ADAGIO

| | | | |
|-----|----------|--|---------------------------------|
| 32 | 3/4 | V П впереди croisé | P—Пп |
| 1—2 | ↙ | plié | P—I, П—I, Л—I |
| 1—2 | | 1 tour tire-bouchon en dh на Л, закончить | |
| 3 | | П croisé вперед 90° на plié | P—I |
| 4 | 2 ↘ ↘ | П piqué в att croisé Л опустить в V назад en face V plié | Л—III, П—II P—II П—I, Л—I |
| 1—2 | | 1 tour tire-bouchon en dh на Л, закончить | |
| 3 | | П в сторону 90° на plié | P—I—II |
| 4 | | П piqué, Л dégagé 90° в сторону пауза на полупальцах | |
| 1—2 | | Л demi-rond de jambe en dh в att croisé | |
| 3 | | П опустить на целую стопу | Л—III, П—II |
| 4 | | П relevé | |
| | | П plié, Л опустить в IV назад — préparation к tour en dd | |
| 1—2 | | 2 tours en dd в att до eff | Л—III, П—II |
| 3 | | П plié, Л вытянуть | P—allongé |
| 4 | | pas de bourrée в V Л впереди croisé | P—Пп |

1—16

Повторить всю комбинацию в обратном направлении

BATTEMENT TENDU'

| | | | |
|---|-----|--|-------------|
| 8 | 2 4 | V П впереди croisé | P—Пп |
| 1 | | | |
| 1 | 2 ↘ | П 2 вперед en tournant en dh в т. 4 | P—I |
| 2 | 2 ↘ | Л 2 назад | Л—III, П—II |
| 3 | 2 ↘ | П 2 в сторону en tournant en dh в т. 5, меняя V | P—allongé |
| 4 | 2 ↘ | Л 2 в сторону en tournant en dd в т. 1, меняя V, закончить на plié V П впереди | P—II |
| 1 | | 1 pirouette en dh на Л в IV в т. 2 | P—I—3-й arb |
| 2 | | 2 pirouettes en dh в V П сзади croisé | P—Пп |
| 3 | 3 ↗ | Л 3 bt jetés croisé вперед | P—I, Л—II |
| 4 | 3 ↗ | П 3 bt jetés croisé назад | P—3-й arb |

BATTEMENT FONDU

| | | | |
|-----|-----|---|-------------|
| 16 | 3/4 | V П впереди croisé | P—Пп |
| 1—2 | | | |
| 1—2 | 2 ↘ | en face П bt fondu в сторону 90° | P—I—II |
| 3 | 2 ↘ | rond de jambe en l'air en dh | |
| | ↘ | закончить eff вперед | П—III, Л—II |
| 4 | ↘ | tombé в 1-й arb в т. 2 | |
| | | pas de bourrée en dh в V Л впереди croisé | P—Пп |
| 1—2 | 2 ↘ | en face Л bt fondu в сторону 90° | P—I—II |
| 3 | 2 ↘ | rond de jambe en l'air en dd | |
| | ↘ | закончить eff назад | Л—III, П—II |
| 4 | ↘ | Л tombé, П eff вперед 90° | P—allongé |
| | | pas de bourrée en dd в V Л впереди croisé | P—Пп |
| 1—2 | | en face Л bt fondu в сторону 45° | P—I—II |
| 3—4 | | 3 ronds de jambe en l'air en dh | |
| | | закончить на plié | |

'Во всех уроках исполняется без паузы после adagio.

| | | | |
|-----|--|---|--------------|
| 1 | | pas de bourrée en tournant en dh закончить Л tombé вперед в т. 1 | Л—I—II, П—II |
| 2—3 | | 2 pirouettes en dd в V П впереди croisé на plié | Р—I—Пп |
| 4 | | relevé | |

GRAND BATTEMENT

| | | | |
|---|-----|---|---------------------|
| 4 | 4/4 | V П впереди croisé | Р—Пп |
| 1 | | | |
| 1 | 2 | П 2 grands bt croisé вперед 3-й через passé développé в 1-й arb П опустить в V назад | П—II Л—III |
| 2 | 2 | П 2 grands bt в 1-й arb 3-й через passé développé croisé вперед П опустить в V вперед | П—II Л—III, Р—II |
| 3 | 3 | en face 3 grands bt balancés в сторону (П, Л, П), меняя V пауза | |
| 4 | 3 | 3 grands bt balancés в сторону (Л, П, Л), ме- няя V, закончить на plié détourné, закончить в V Л впереди croisé | Р—I—III |

ВРАЩЕНИЕ

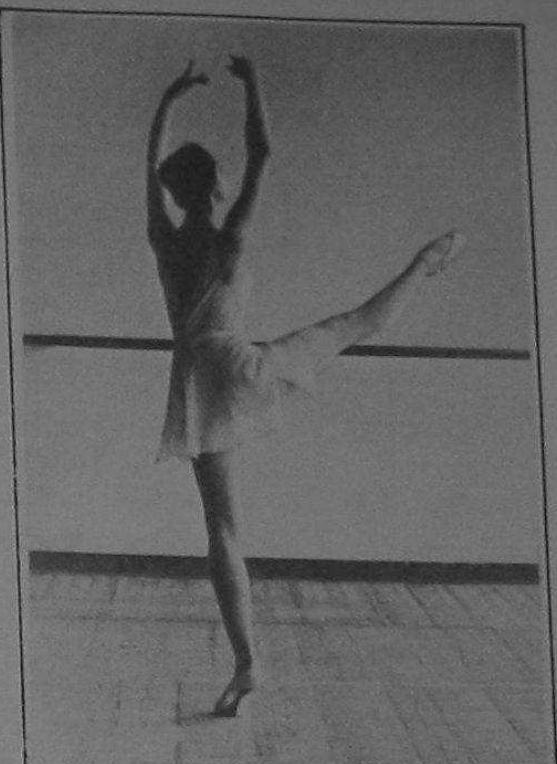
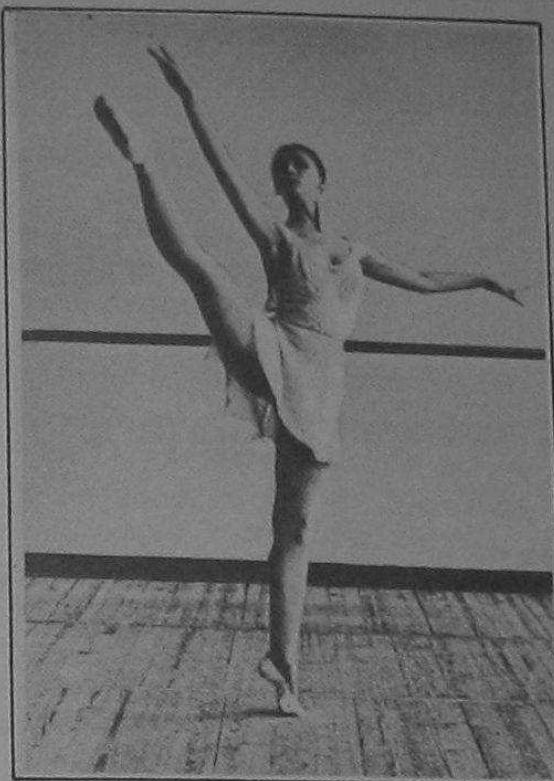
| | | | |
|-----|-----|---|-------------|
| 8 | 2/4 | V П впереди croisé | Р—Пп |
| 1 | | | |
| 1 | | П sissonne tombé eff вперед, pas de bourrée закончить в IV Л впереди croisé | Р—3-й arb |
| 2 | | 2 pirouettes en dh в IV в т. 2 | Р—I—3-й arb |
| 3 | | П sissonne tombé eff вперед, pas de bourrée закончить Л tombé вперед en face | Л—I, П—II |
| 4 | | 2 pirouettes en dd в V П впереди croisé | Л—I, П—II |
| 1—4 | | Повторить всю комбинацию | Р—Пп |

БОЛЬШОЕ ADAGIO

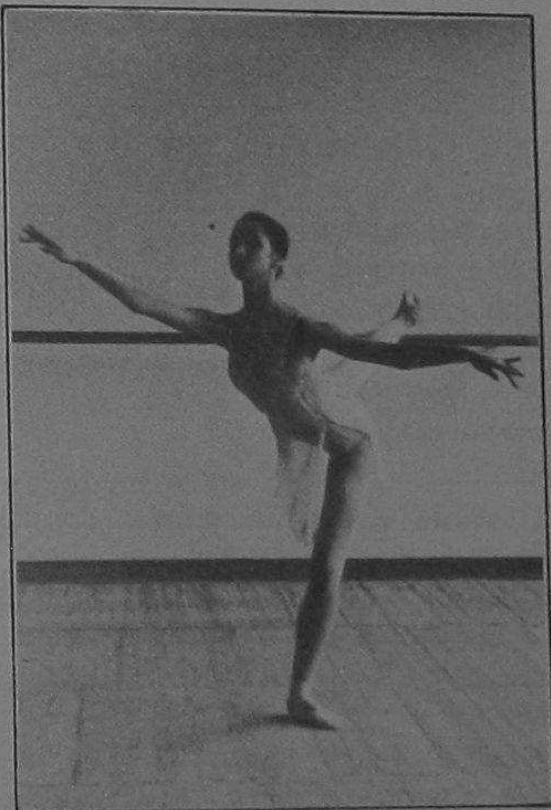
| | | | |
|-----|-----|--------------------------------|-------------|
| 32 | 3/4 | V П впереди croisé | Р—Пп |
| 1—2 | | | |
| 1 2 | | П développé eff вперед на plié | П—II Л—III, |

| | | |
|-----|--|---------------|
| 3 | П опустить в V вперед на plié с поворотом корпуса налево в т. 8, колени вытянуть | P—II P—Пп |
| 1—2 | Л développé в 1-й arb на plié в т. 2 | P—I—I-1-й arb |
| 3 | Л опустить в V назад на plié | P—II |
| 4 | с поворотом корпуса налево в т. 8, колени вытянуть | P—Пп |
| 1—2 | П riqué в т. 7, Л через 1 grand fouetté в att eff, закончить на полупальцах | P—I |
| | Л passé petit développé croisé вперед на plié | Л—III, П—II |
| 3—4 | Л riqué в т. 3, П через 1 grand fouetté в att eff, закончить на полупальцах | P—I |
| | Л plié, П вытянуть | П—III, Л—II |
| | | P—allongé |
| 1—2 | pas de bourrée en dh, закончить П шаг вперед в т. 8 в 4-й arb | P—Пп—I |
| 3—4 | пауза | P—4-й arb |
| 1 | корпус наклонить вперед | |
| 2 | fouetté, закончить в т. 5 Л в сторону | P—II |
| 3 | fouetté en dh, закончить Л croisé вперед | П—III, Л—II |
| 4 | пауза | |
| 1 | П relevé | |
| 2 | chassé вперед в т. 2, закончить Л tombé | |
| 3—4 | в IV — préparation к tour en dd 2 tours en dd в 1-й arb до т. 8 | Л—I, П—II |
| 1—2 | tour lent en dd на полупальцах до т. 8 закончить на plié | |
| 3—4 | pas de bourrée en dh в V П впереди croisé на plié | P—Пп |
| 1 | en face Л développé в сторону на полупальцах | P—I—I |
| 2 | grand fouetté en tournant en dd в 3-й arb на plié в т. 8 | |
| 3 | Л passé développé eff вперед | П—III, Л—II |
| 4 | Л шаг вперед, П pointe tendue eff назад | P—allongé |

42 43



44



42—44. Grand fouetté en tournant en dedans в 3-й arabesque

ALLEGRO

ПЕРВОЕ УПРАЖНЕНИЕ

| | | | |
|-----|------------------|--|-----------|
| 16 | 2/4 ¹ | V П впереди croisé | P—Пп |
| 1 | 1 | П jeté battu в сторону, Л sur le cou-de-pied сзади temps levé | П—I, Л—II |
| 2 | 1 | Л jeté battu в сторону, П sur le cou-de-pied сзади temps levé | Л—I, П—II |
| 3—4 | 3 | 3 assemblés battus в сторону в V вперед (П, Л, П) колени вытянуть | P—Пп |
| 1—4 | | Повторить комбинацию | |
| 1—8 | | Повторить всю комбинацию в обратном направлении | |

ВТОРОЕ УПРАЖНЕНИЕ

| | | | |
|-----|-----|---|-------------|
| 16 | 2/4 | V П впереди croisé | P—Пп |
| 1 | 1 | П jeté fondu вперед в т. 8 колени вытянуть | P—I—3-и arb |
| 2 | 1 | entrechat-quatre | P—I—III |
| | 1 | колени вытянуть | P—II |
| 3 | 1 | Л jeté fondu назад | Л—III, П—II |
| | 1 | колени вытянуть | P—II |
| 4 | 1 | entrechat-quatre | P—I—III |
| | 1 | колени вытянуть | P—II |
| 1 | 1 | П double rond de jambe en l'air en dh sauté П assemblé в V назад | P—I—II |
| 2 | 1 | Л double rond de jambe en l'air en dh sauté Л assemblé в V назад | P—I—II |
| 3 | 1 | П sissonne ouverte petit développé в сторону en tournant en dh | P—Пп |
| | 1 | П assemblé в V назад | P—I—II |
| 4 | 1 | entrechat-quatre с продвижением вперед в т. 2 колени вытянуть | P—I—III |
| 1—8 | | Повторить всю комбинацию в обратном направлении | |

¹ Во всех уроках при музыкальном размере 2/4 вступление — 1 такт.

ТРЕТЬЕ УПРАЖНЕНИЕ

| | | | |
|-----|-----|---|------------------------|
| 8 | 2/4 | V П впереди croisé | P—Пп |
| 1—2 | 4 | Л ballottés sauté eff на 90° (вперед, назад) | Л—I, П—II П—I, Л—II |
| 3 | Л | Л coupé сзади | |
| | Л | П ballonné в сторону, закончить sur le cou-de-pied сзади | Л—I, П—II |
| 4 | | П шаг-coupé вперед в т. 2 grand jeté в att croisé | P—I P—II |
| 1 | | en face П glissade в сторону, не меняя V П ballonné в сторону на 90°, retiré впереди | P—II allongé |
| 2 | | П опустить в V вперед на plié Л glissade в сторону, не меняя V | П—I, Л—II |
| | | Л ballonné в сторону на 90°, retiré впереди | P—II allongé |
| 3 | 2 | Л опустить в V вперед на plié | П—I, П—II |
| 3 | 2 | Л sissonnes fermées во 2-й arb в т. 8, 2, заканчивая в V вперед | P—2-й arb |
| 4 | Л | soubresaut | P—I—II |
| | Л | колени вытянуть | |

ЧЕТВЕРТОЕ УПРАЖНЕНИЕ

| | | | |
|-----|------------------|---|---------------------|
| 16 | 3/4 ¹ | V Л pointe tendue croisé вперед | P—II занижена |
| 1—2 | | П glissade в сторону | |
| 3 | | grand fouetté sauté в 1-й arb в т. 7 | P—I—1-й arb |
| 4 | | Л relevé в att eff failli | П—III, Л—II P—II |
| 1—2 | | Л glissade вперед | |
| 3 | | grand fouetté sauté в 1-й arb в т. 2 | P—I—1-й arb |
| 4 | | П relevé в att eff | P—I, Л—III, П—II |
| 1—2 | | failli | P—II |
| 1—2 | | pas de bourrée вперед в т. 2 | |
| 3 | | Л grand assemblé вперед | P—I—III |
| 4 | | П piqué в 1-й arb в т. 2 | P—I-й arb |
| | | Л chassé в сторону в т. 6 | P—II allongé |
| 1—2 | | grand assemblé en tournant в V П впереди croisé | P—I—III |
| 3 | | relevé | |
| 4 | | пауза | |

¹ Во всех уроках при музыкальном размере 3/4 вступление — 2 такта.

ПЯТОЕ УПРАЖНЕНИЕ

| | | | |
|-----|-----|--|---------------|
| 16 | 3 4 | IV Л pointe tendue croisé вперед | P—II занижена |
| 1—2 | | П glissade вперед grand jeté в 1-й arb на П в т. 2 | P—1-й arb |
| 3 | | pas de bourrée en dh в V Л впереди croisé на полупальцах | P—Пп |
| 4 | | détourné, закончить в V П впереди croisé | |
| 1—2 | | Л glissade вперед grand jeté в 1-й arb на Л в т. 8 | P—1-й arb |
| 3 | | pas de bourrée en dh в V П впереди croisé на полупальцах | P—Пп |
| 4 | | détourné, закончить в V Л впереди croisé | |
| 1—2 | | pas de bourrée вперед в т. 2 grand jeté в 3-й arb на Л | P—3-й arb |
| 3—4 | | pas de bourrée вперед в т. 2 grand jeté в 1-й arb на П | P—1-й arb |
| 1—2 | | pas de bourrée вперед в т. 2 grand jeté в 3-й arb на Л | P—3-й arb |
| 3—4 | | П glissade в сторону, не меняя V П piqué в 1-й arb в т. 2 | P—1-й arb |

ШЕСТОЕ УПРАЖНЕНИЕ

| | | | |
|---------------|-----|---|---|
| 16 | 3/4 | V П впереди croisé | P—Пп |
| 1—4 | | П sissonne tombé eff вперед, pas de bourrée в т. 2 П glissade вперед grand jeté pas de chat в т. 3 закончить в V Л впереди croisé на plié | P—I, П—I, Л—II P—II—I П—III, Л—I allongé P—Пп |
| 1—8 | | Повторить комбинацию в т. 7 и в т. 3 | |
| 1 2 3—4 | | pirouette-piqué en dd на Л в т. 8 pirouette-piqué en dd на Л в т. 8 chainés в т. 8, закончить 2-й arb à terre на Л | P—2-й arb |

СЕДЬМОЕ УПРАЖНЕНИЕ

| | | | |
|---|-----|---|--------------------------|
| 8 | 2/4 | V Л впереди croisé | P—Пп |
| 1 | J | П brisé вперед в т. 2 J sissonne simple на Л, П sur le cou-de-pied сзади | P—I, Л—II П—III, Л—II |

| | | | | |
|-----|---|---|--------------------------|--|
| 2 | 1 | П brisé вперед в т. 2 sissonne simple на Л, П sur le cou-de-pied сзади | П—I, Л—II П—III, Л—II | |
| 3 | 2 | Л brisé dessus-dessous в т. 2 | | |
| 4 | 1 | pas de bourrée en tournant в V П впереди croisé Л brisé вперед в т. 8 | Р—Пп Л—I, П—II | |
| 1—4 | | Повторить всю комбинацию с другой ноги | | |

ЭКЗЕРСИС НА ПАЛЬЦАХ

ПЕРВОЕ УПРАЖНЕНИЕ

| 8 | 2/4 | V П впереди croisé | Р—Пп | |
|-----|-----|--|---------------------------------|--|
| 1 | 1 | échappé в IV на eff, закончить в V П впереди croisé | Р—1-й arb Р—Пп | |
| | 2 | en face échappé на II, закончить в V Л впереди croisé | Р—II занижена—Пп | |
| 2 | 1 | échappé в IV на croisé, закончить в V Л впереди croisé | Р—3-й arb Р—Пп | |
| 3 | 1 | détourné, закончить в V П впереди croisé sissonne simple на П, Л sur le cou-de-pied сзади, закончить в V Л сзади | Л—I, П—II | |
| | 2 | sissonne simple на Л, П sur le cou-de-pied впе- реди, закончить в V П впереди | П—I, Л—II | |
| 4 | 1 | 1 pirouette en dh на Л в V П сзади croisé sus-sous с продвижением вперед в т. 2 | Р—I—Пп П—III, Л—I allongé | |
| 1—4 | | Повторить всю комбинацию с другой ноги | | |

ВТОРОЕ УПРАЖНЕНИЕ

| 8 | 2/4 | V П впереди croisé | Р—Пп |
|---|-----|---|-----------------------|
| 1 | 1 | en face П ballonné в сторону, закончить sur le cou-de-pied впереди | Р—I—II занижена—Пп |
| | 2 | Л relevé, П petit développé eff вперед, зако- нчить Л plié | Л—I, П—II |
| 2 | 1 | pas de bourrée en dd в V Л впереди croisé | Р—Пп |
| 3 | 1 | en face Л ballonné в сторону, закончить sur le cou-de-pied сзади | Р—I—II занижена—Пп |
| | 2 | П relevé, Л petit développé eff назад закон- чить П plié | Р—2-й arb |
| 4 | 1 | pas de bourrée en dh в IV Л впереди croisé | Р—3-й arb |

| | | | |
|--------|--------|---|----------------------------------|
| 1 2 | 1 1 | 2 pirouettes en dh в V П сзади croisé détourné, закончить в V П впереди croisé | P—I—Пп P—I—III П—I, Л—II |
| 3—4 | 3 1 | Л relevé, П petit développé eff вперед, tombé в т. 2 3 relevés в 1-й arb в т. 2 с продвижением назад П relevé, Л passé développé croisé вперед, закончить в V Л впереди | P—1-й arb П—III, Л—II Р—Пп |
| | | | |

ТРЕТЬЕ УПРАЖНЕНИЕ

| | | | |
|------|-----|--|----------------------------------|
| 32 | 3 4 | V П впереди croisé | P—Пп |
| 1—2 | | П grand sissonne ouverte croisé вперед | P—I, Л—III, П—II |
| 3—4 | | grand sissonne ouverte в 3-й arb на П в т. 8 | P—I—3-й arb |
| 1—2 | | П piqué в т. 7, Л через 1 grand fouetté в att eff, закончить на plié | P—I |
| 3—4 | | pas de bourrée en dh, закончить в т. 2 П plié, Л petit développé croisé вперед | Л—III, П—II P—I |
| 1—2 | | Л piqué в т. 3, П через 1 grand fouetté в att eff, закончить на plié | P—I |
| 3—4 | | pas de bourrée en dh в IV П впереди croisé—préparation к tour en dd | П—III, Л—II P—I П—I, Л—II |
| 1—4 | | tour en dd в att до eff закончить на plié, Л вытянуть, pas de bourrée en dh в V Л впереди croisé | Л—III, П—II P—allongé P—Пп |
| 1—16 | | Повторить всю комбинацию в обратном направлении | |

ЧЕТВЕРТОЕ УПРАЖНЕНИЕ

| | | | |
|-----|------|---|---------------------|
| 8 | 2, 4 | V П впереди croisé | P—Пп |
| 1 | | Л plié, П petit développé eff вперед | P—I |
| 1—2 | 2 1 | П tombé-relevé в 1-й arb в т. 3 | P—1-й arb |
| | 2 1 | 2 relevés в 1-й arb en tournant en dd в т. 5, 8 | |
| | 1 | П relevé, Л passé développé eff вперед | P—I, П—III, Л—II |
| 3 | 1 | Л tombé-relevé, П petit développé croisé вперед | Л—III, П—II |
| 4 | 1 | П tombé-relevé, Л petit développé eff вперед | П—III, Л—II |
| | 1 | Л tombé-relevé, П petit développé croisé вперед | Л—III, П—II |

| | | | |
|-----|--|---|------------|
| | | Л П опустить в V вперед на plié, relevé П plié, Л petit développé eff вперед | P—Пп—I—III |
| 1—4 | | Повторить всю комбинацию с другой ноги | |

ПЯТОЕ УПРАЖНЕНИЕ

| | | | |
|-----|-----|--|-----------|
| 4 | 2/4 | IV Л впереди en face—préparation к tour en dh | P—З-й arb |
| 1—4 | 8 | 8 tours en dh на Л в att вперед, закончить в IV в т. 2 | P—II |

ШЕСТОЕ УПРАЖНЕНИЕ

| | | | |
|---|-----|--|---------------------------------------|
| 8 | 2/4 | V П впереди croisé | P—Пп |
| 1 | 2 | Л 2 sautés по V на пальцах | P—I скрещены allongé |
| 2 | Л | Л plié, П petit développé croisé вперед jeté на П, Л sur le cou-de-pied сзади | П—I, Л—II P—II занижена allongé |
| | Л | Л coupé сзади | |
| 3 | 2 | П assemblé в сторону в V Л впереди croisé 2 sautés по V на пальцах | P—Пп P—I скрещены allongé |
| 4 | Л | П plié, Л petit développé croisé вперед jeté на Л, П sur le cou-de-pied сзади | Л—I, П—II P—II занижена allongé |
| | Л | П coupé сзади | |
| | Л | Л assemblé в сторону в V П впереди croisé | P—Пп |
| 1 | 3 | Л 3 temps levés на пальцах на Л, П att eff вперед | P—II занижена allongé |
| 2 | Л | Л plié (на целой стопе) | |
| 2 | Л | Л relevé, П petit développé écarté вперед | |
| | Л | П опустить в V вперед croisé на plié | |
| 3 | 4 | Л relevé | P—Пп |
| 3 | 4 | Л 4 temps levés на пальцах на П в att croisé | P—I; Л—III, П—II |
| 4 | Л | Л опустить в V назад на plié | P—II—Пп |
| | Л | détourné, закончить в V Л впереди croisé | P—I—III |

СЕДЬМОЕ УПРАЖНЕНИЕ

| | | | |
|---|-----|---|-----------|
| 8 | 2/4 | IV П pointe tendue croisé вперед (движение по диагонали 6—2) | П—I, Л—II |
|---|-----|---|-----------|

| | | | | |
|-----|---|---|---|-----------|
| 1—2 | 4 | Л | 4 раза pirouette-piqué en dd на П chainés | |
| 1—2 | 4 | Л | 4 раза pirouette en dh dégagé chainés, закончить 2-й arb à terre | P—2-й arb |

ВОСЬМОЕ УПРАЖНЕНИЕ

| | | | |
|-----|-----|--|-----------|
| 8 | 2/4 | IV Л впереди en face | P—3-й arb |
| 1—8 | 16 | Л 16 tours fouettés, закончить в IV в т. 2 | P—II |

ВТОРОЙ УРОК

ЭКЗЕРСИС У СТАНКА

PLIÉ

| | | | |
|-----|-----|--|-------------------------------|
| 80 | 3/4 | I позиция | П—Пп |
| 1—2 | | | П—I—II |
| 1—4 | | I, grand plié | П—Пп—I—II |
| 1—4 | | grand plié | П—III—I—II |
| 1—3 | | 3 relevés без plié | |
| 4 | | пауза на полупальцах | |
| 1—2 | | пауза на полупальцах | |
| 3 | | I, опуститься на целую стопу | Л снять с палки, Р—II |
| 4 | | П dégagé à terre в сторону, II | Л на палке, П—Пп—I—II |
| 1—4 | | II, grand plié | П—Пп—I—II |
| 1—4 | | grand plié | П—III—I—II |
| 1 | | relevé | Л снять с палки, Р—2-й arb |
| 2 | | пауза | |
| 3—4 | | корпус перегнуть назад | |
| 1—2 | | корпус выпрямить | Л на палке |
| 3 | | II, опуститься на целую стопу | |
| 4 | | П demi-rond de jambe par terre en dd, IV | |
| 1—4 | | IV grand plié | П—Пп—I—II |
| 1—4 | | grand plié | П—III—I—II |
| 1 | | relevé | |
| 2—3 | | корпус перегнуть в сторону налево | П—III |

| | | |
|----------|---|-------------------------------|
| 4 1—2 | корпус выпрямить 1/2 поворота налево по IV на полупальцах, закончить в IV Л впереди IV опуститься на целую стопу | П—II П на палке, Л—I—II |
| 3—4 | | Л—Пп—I—II |
| 1—4 | IV grand plié | |
| 1—4 | grand plié | Л—Пп—I—II |
| 1 | relevé | Л—I—I—I |
| 2—3 | корпус перегнуть в сторону направо | |
| 4 | корпус выпрямить | Л—I—I |
| 1—2 | 1/2 поворота направо по IV на полупальцах закончить в IV П впереди | П—I—I |
| 3 | IV опуститься на целую стопу | Л на палке |
| 4 | П закрыть в V вперед | П—Пп—I—II |
| 1—4 | V grand plié | |
| 1—4 | grand plié | П—Пп—I—II |
| 1—3 | relevé, корпус наклонить вперед | П—I—I—I |
| 4 | корпус выпрямить | П—Пп—I |
| 1—2 | П passé | П—I—I |
| 3 | корпус перегнуть назад | |
| 4 | корпус выпрямить | П—I—I |
| | П опустить в V вперед, опуститься на целую стопу | П—Пп |

BATTEMENT TENDU

| | | | |
|-----|-----|--|-----------|
| 16 | 2/4 | V П впереди | П—Пп |
| 1—2 | | | П—I—I |
| 1 | Л | П 2 вперед | |
| 2 | Л | 3-й через 1 pointe tendue назад demi-rond de jambe par terre en dd | П—I—I |
| 3—4 | 4 Л | 4 в сторону по V (вперед, назад, ...) | П—I—I |
| 1 | 2 Л | П 2 назад | |
| 2 | Л | 3-й через 1 pointe tendue вперед demi-rond de jambe par terre en dh | П—I—I |
| 3—4 | 4 Л | 4 в сторону в V (назад, вперед, ...) | П—I—I |
| 1 | 2 Л | 2 в сторону, меняя V | |
| 2 | Л | П dégagé à terre в сторону demi-rond de jambe par terre en dh | П—2-й arb |
| 3—4 | 4 Л | пауза 4 назад | |
| 1 | 2 Л | 2 в сторону, меняя V | П—I—I |

| | | | |
|-----|---|---|---------------|
| 2 | 1 | П dégagé à terre в сторону demi-rond de jambe par terre en dd пауза 4 вперед | П—III П—II |
| 3—4 | 4 | | |

BATTEMENT JETÉ

| | | | |
|-----|-----|---|------------------------|
| 24 | 2/4 | | |
| 1 | 2 | 1 2 вперед | П—III |
| 2 | 3 | 1 3 вперед | |
| 3 | 2 | 1 2 в сторону, меняя V | П—I—II |
| 4 | 3 | 1 3 в сторону, меняя V | |
| 1 | 2 | 1 2 назад | П—2-й arb |
| 2 | 3 | 1 3 назад | |
| 3—4 | 4 | 1 4 bt petits développés крестом закончить в V Л впереди | П—2-й arb— II—III—I |
| 1—8 | | Повторить всю комбинацию в обратном направлении | |
| 1 | | П flic-flac en tournant en dh закончить П вперед 45° | |
| 2 | 3 | 1 3 bt jetés pointés вперед demi-rond de jambe на 45° en dh | П—II |
| 3 | 3 | 1 3 bt jetés pointés в сторону demi-rond de jambe на 45° en dh | |
| 4 | 3 | 1 3 bt jetés pointés назад П опустить в V назад | |
| 1—4 | | Повторить комбинацию с flic-flac в обратном направлении | |

ROND DE JAMBE PAR TERRE

| | | | |
|----------|-----|--|----------|
| 64 | 3/4 | I позиция | П—Пп |
| 1—2 | | préparation en dh | П—I—II |
| 1—3 4 | | 3 ronds en dh, закончить dégagé 45° вперед rond de jambe на 45° en dh | П—Пп—I—I |
| 1—8 | | Повторить 2 раза комбинацию | |
| 1—2 | | 3 ronds par terre en dh, закончить pointe tendue вперед | |

| | | |
|------|---|-------------|
| 3—4 | 3 ronds, закончить pointe tendue вперед | |
| 1—16 | Повторить всю комбинацию в обратном направлении | |
| 1 | grand rond de jambe jeté en dh закончить в V назад | |
| 2 | bt tendu в сторону, меняя V | |
| 3 | grand rond de jambe jeté en dh закончить в V назад | |
| 4 | bt tendu в сторону, меняя V | |
| 5 | grand rond de jambe jeté en dh закончить в V назад | |
| 6 | bt tendu в сторону, меняя V | |
| 7 | grand bt вперед через passé développé назад | П—I—III |
| 8 | через l pointe tendue вперед | П—II |
| 1—7 | Повторить часть комбинации, начиная с grand rond de jambe jeté в обратном направлении, закончить | |
| 8 | П опустить в V вперед | П—Пп |
| 1 | П développé вперед на полупальцах | П—I—II |
| 2 | tombé, П pointe tendue назад | |
| 3 | корпус перегнуть назад | П—I—III |
| 4 | выпрямляя корпус, П закрыть в V назад колени вытянуть | П—II—Пп |
| 1 | Л développé назад на полупальцах | П—I—II |
| 2 | tombé, П pointe tendue вперед | |
| 3 | корпус перегнуть назад | П—I—III |
| 4 | выпрямляя корпус, П закрыть в V вперед, колени вытянуть | П—II—Пп |
| 1 | П développé в сторону на полупальцах | П—I—II |
| 2 | tombé, Л pointe tendue в сторону | Р—II |
| 3 | корпус перегнуть в сторону направо | Л—III, П—II |
| 4 | корпус выпрямить | Р—II |
| 1 | Л rqué, П dégagé 90° в сторону | Л на палке |
| 2 | корпус перегнуть в сторону налево | П—III |
| 3 | корпус выпрямить | П—II |
| 4 | П опустить в V вперед, опуститься на целую стопу | П—Пп |

BATTEMENT FONDU

| | | | |
|-----|-----|--|----------------|
| 16 | 3 4 | V П впереди | П—Пп |
| 1—2 | | | |
| 1—2 | | П бт fondu вперед demi-rond de jambe en dh, закончить на plié tour fouetté en dh, закончить в сторону 45° на полупальцах, П опустить в V назад | П—I—II |
| 3 | | | |
| 4 | | | П—I—II П—Пп |
| 1—2 | | Л бт fondu вперед 90° | П—I—III |
| 3—4 | | П бт fondu в сторону 90° | П—I—II |
| 1—8 | | Исполнить всю комбинацию в обратном на- правлении, закончить П опустить в сторону 45° | |

BATTEMENT FRAPPÉ

| | | | |
|-----|-----|--|-------------|
| 8 | 2/4 | | |
| 1—2 | 7 | П 7 в сторону Л tombé вперед в V, Л sur le cou-de-pied сзади | П—II П—I |
| 3 | Л | Л coupé сзади | |
| | Л | П ballonné в сторону, закончить | П—II—I |
| | Л | Л sur le cou-de-pied сзади, relevé, П petit dé- veloppé в сторону | П—II |
| 4 | 3 | П 3 бт frappés в сторону Л пауза | |
| 1—4 | | Повторить всю комбинацию в обратном на- правлении | |

ROND DE JAMBE EN L'AIR

| | | | |
|-----|-----|---|------------|
| 16 | 2/4 | V П впереди | П—Пп |
| 1 | | préparation—temps relevé en dh | П—I—II |
| 1 | 3 | 3 ronds en dh, постепенно повышая до 90° Л пауза | П—Пп—I—III |
| 2 | 2 | 2 ronds en dh на 90° | |
| 3 | 2 | 2 ronds en dd на 90° | |
| 4 | 3 | 3 ronds en dd, постепенно понижая до 45° Л пауза | П—II |
| 1—2 | 4 | 4 doubles ronds (en dh, en dd, en dh, en dd) | |

| | | |
|-----|--|------------------------------|
| 3 | Л plié, П sur le cou-de-pied впереди с temps relevé 2 pirouettes en dh закончить в сторону 45° | П—I |
| 4 | Л опустить в V назад détourné, закончить в V П впереди П dégagé 45° в сторону | П—II П—III П—I П—II |
| 1—8 | Повторить всю комбинацию в обратном направлении | |

ADAGIO

| | | | |
|------|-----|--|------------------------|
| 32 | 3/4 | V П впереди | П—III |
| 1—2 | | | |
| 1—4 | Л | П développé вперед на целой стопе grand rond de jambe до 2-го arb П passé, Л plié | П—I—II П—I |
| 1—4 | Л | на plié grand rond de jambe en dh до 2-го arb П passé на полупальцах | П—II—2-й arb П—I |
| 1—4 | Л | на полупальцах grand rond de jambe en dh до 2-го arb П passé | П—II—2-й arb П—I |
| 1 | | développé вперед | П—III |
| 2 | | tombé, Л назад 90° | П—III allongé |
| 3 | | Л через I grand fouetté relevé закончить Л назад 90° | Л—III allongé |
| 4 | | Л опустить в V назад | П—на палке Л—II—III |
| 1—16 | | Повторить всю комбинацию с Л в обратном направлении | |

BATTEMENT DOUBLE FRAPPÉ

| | | | |
|----|-----|--|---------------|
| 16 | 2/4 | V П впереди | П—III |
| 1 | Л | | П—I |
| | Л | П dégagé 45° в сторону на полупальцах | П—II |
| 1 | Л | bt bouble frappé croisé вперед закончить pointe tendue demi-rond de jambe par terre с поворотом en face | П—III П—II |

| | | | | |
|-----|---|---|---|-----------|
| 2 | 3 | Л | 3 bt doubles frappés в сторону на полупальцах | |
| 3 | | Л | bt double frappé croisé назад | П—III |
| | | Л | закончить pointe tendue | |
| | | Л | demi-rond de jambe par terre | П—II |
| 4 | 3 | Л | с поворотом en face | |
| | | Л | 3 bt doubles frappés в сторону на полупальцах | |
| 1—2 | | Л | 4 petits bt на полупальцах | П—Пп—I—II |
| 3 | | Л | tombé вперед в V, Л sur le cou-de-pied сзади | П—I |
| | | Л | Л coupé сзади | |
| | | Л | 1 pirouetté en dh на Л закончить в сторону 45° | П—II |
| 4 | 3 | Л | П bt battus eff вперед | П—I |
| | | Л | demi-rond de jambe на 45° с поворотом en face | П—II |
| 1—8 | | | Повторить всю комбинацию в обратном направлении | |

GRAND BATTEMENT

| | | | | |
|-----|-----|--|--|-----------|
| 32 | 3/4 | | V П впереди | П—Пп |
| 1—2 | | | | |
| 1 | | | П вперед | П—I—II |
| 2 | | | вперед через passé développé назад | П—2-й arb |
| 3 | | | grand bt pointé назад | |
| 4 | | | закончить в V П сзади | |
| 1 | | | П назад | |
| 2 | | | назад через passé développé вперед | П—III |
| 3 | | | grand bt pointé вперед | |
| 4 | | | закончить в V П впереди | |
| 1—4 | | | П 4 в сторону на полупальцах, меняя V закончить на целой стопе | |
| 1 | | | П grand bt développé eff вперед на полупальцах, закончить в V на целой стопе | |
| 2 | | | П grand bt développé в сторону на полупальцах с поворотом en face | |
| 3 | | | закончить в V П сзади на целой стопе | П—I—II |
| 4 | | | П grand bt développé eff назад на полупальцах, закончить в V на целой стопе | П—2-й arb |
| | | | П grand bt développé écarté назад на полупальцах, закончить в V П сзади на целой стопе | П—III |
| | | | | П—II |

1—16

Повторить всю комбинацию в обратном направлении

ЭКЗЕРСИС НА СЕРЕДИНЕ ЗАЛА

МАЛЕНЬКОЕ ADAGIO

| | | | |
|------|-----|--|---------------------|
| 32 | 3/4 | V П впереди croisé | P—Пп |
| 1—2 | | | |
| 1—2 | | П grand temps relevé en tournant en dh 1/2 поворота, закончить в т. 5 | P—I—II |
| 3—4 | | П опустить в V вперед, опуститься на целую стопу | P—Пп |
| 1—2 | | Л grand temps relevé en tournant en dd 1/2 поворота, закончить en face | P—I—II |
| 3—4 | | П plié, pas de bourrée en dh закончить en face П plié, Л retiré впереди | P—Пп—I Л—I, П—II |
| 1—2 | | Л grand temps relevé en tournant en dh целый поворот, закончить П plié | P—II |
| 3—4 | | pas de bourrée en dh в IV Л впереди croisé—préparation к tour en dd | Л—I, П—II |
| 1—2 | | 2 tours en dd в à la seconde, закончить на plié | P—III |
| 3—4 | | pas de bourrée en dh в V П впереди croisé | P—II P—Пп |
| 1—16 | | Повторить всю комбинацию в обратном направлении с другой ноги | |

BATTEMENT TENDU

| | | | |
|-----|-----|---|-------------------|
| 16 | 2/4 | V П впереди croisé | P—Пп |
| 1 | | | |
| 1—2 | 4 Л | П 4 eff вперед | P—I; Л—III, |
| 3—4 | 4 Л | Л 4 eff назад | П—II P—allongé |
| 1—2 | | en face 4 в сторону (Л, П, Л, П), меняя V | |
| 3—4 | 5 Л | П 5 bt jetés в сторону по I | P—I—II |
| 3 | Л | П dégagé 45° в сторону | |

| | | | |
|-----|---|---|-----------|
| 1 | | flic-flac en tournant en dh, закончить П croisé вперед 45° на полупальцах tombé, в IV | П—I, Л—II |
| 2 | | 2 pirouettes en dd в V П вперед croisé | Р—I—Пп |
| 3—4 | 4 | L flic-flac en tournant en dd в V П вперед croisé en face 4 бт tendus в сторону (П, Л, П, Л), меняя V | Р—I—II |
| 1—2 | 5 | Л 5 бт jetés в сторону по I | |
| | 3 | Л dégagé 45° в сторону | |
| 3 | | flic-flac en tournant en dh, закончить croisé вперед 45° на полупальцах, tombé в IV | Л—I, П—II |
| 4 | | 2 pirouettes en dd в V П впереди croisé | Р—I—Пп |

BATTEMENT FONDÉ

| | | | |
|------|-----|---|---------------------------------------|
| 32 | 3/4 | V П впереди croisé | Р—Пп |
| 1 | L | en face relevé | Р—I |
| | L | П dégagé 45° в сторону | Р—II |
| 1—4 | | П 4 ronds de jambe en l'air en tournant en dh по 1/4 поворота на полупальцах, закончить П eff вперед 45° на plié | П—I, Л—II |
| 1—4 | | на П tour-piqué en dd в att в т. 2 до eff, закончить П plié, Л вытянуть pas de bourrée en dh, закончить П plié Л sur le cou-de-pied впереди | Л—III, П—II Р—allongé Л—I, П—II |
| 1—4 | | на Л tour-piqué en dd в att в т. 8 до eff, закончить Л plié, П вытянуть pas de bourrée en dh, закончить в V П впереди croisé на полупальцах | П—III, Л—II Р—allongé Р—II—Пп |
| 1—2 | | П бт fondé eff вперед на 90° | П—III, Л—II |
| 3—4 | | Л бт fondé eff назад | Р—I—1-й arb |
| | | Л опустить в V вперед croisé на полупальцах en face, П dégagé 45° в сторону | Р—Пп—I—II |
| 1—16 | | Повторить всю комбинацию в обратном направлении | |

ВРАЩЕНИЕ

| | | | |
|---|-----|--|-----------|
| 8 | 2/4 | IV П pointe tendue croisé вперед (движение по диагонали 6—2) | П—I, Л—II |
| 1 | | | |

| | | | |
|------------|-----|---|--|
| 1—2 3—4 | 4 ↘ | 4 раза piroette-piqué en dd на П 8 chaînés | |
| 1—4 | | Повторить комбинацию, закончить во 2-й arb à terre на П | |

БОЛЬШОЕ ADAGIO

| | | | |
|---------------|-----|--|--|
| 32 | 3/4 | V П впереди croisé | P—Пп |
| 1—2 | | Л plié, П dégagé à terre croisé вперед plié по IV, перейти на П, Л pointe tendue назад | P—I Л—III, П—II |
| 1—2 3—4 | | Л закрыть в V назад, relevé по V pas de bourrée suivi на месте Л plié, П dégagé à terre croisé вперед plié по IV, перейти на П, Л pointe tendue назад | P—4-й arb P—I Л—III, П—II |
| 1—4 | | 6-e port de bras, не заканчивая, перейти в IV— préparation к tour en dd | П—I, Л—II |
| 1—4 | | 2 tours en dd в att до eff | Л—III, П—II |
| 1—2 3 4 | | tour lent en dd, закончить в 3-й arb в т. 8 П plié Л шаг назад в т. 4, П закрыть в V вперед | P—3-й arb P—Пп |
| 1 2—3 4 | ↘ | П développé croisé вперед grand rond de jambe до eff назад Л relevé П опустить в V вперед croisé | P—I; П—III, Л—II P—allongé P—Пп |
| 1 2 3—4 | | en face П développé в сторону П опустить на II на plié 2 tours en dh в à la seconde на Л | P—I—II П—I, Л—II P—III |
| 1—2 3—4 | | П passé développé eff вперед на plié П piqué в 1-й arb в т. 2, опуститься на целую стопу | P—II—I P—1-й arb |
| 1—2 3 4 | | корпус наклонить вперед корпус выпрямить Л опустить в V вперед croisé | P—Пп |

GRAND BATTEMENT

| | | | |
|-----|-----|---|----------------------|
| 16 | 3/4 | V П впереди croisé | P—Пп |
| 1—2 | | | |
| 1—2 | | П 2 grands bat croisé вперед, закончить на plié | P—I; Л—III, П—II |
| 3—4 | | П jeté fondu в 3-й arb в т. 8 колени вытянуть | P—3-й arb |
| 1—2 | | Л 2 grands bat croisé назад, закончить на plié | |
| 3—4 | | Л jeté fondu назад в т. 4 колени вытянуть | P—I; Л—III, П—II |
| 1—2 | | Л 2 grands bat écarté назад в V (назад, вперед) | P—I; Л—III, П—II |
| 3—4 | | П 2 grands bat écarté вперед в V (назад, вперед) | P—II, П—III, Л—II |
| 1—3 | | en face 3 grands bat balancés в сторону (Л, П, Л), меняя V | P—II |
| 4 | | пауза | |

ALLEGRO

ПЕРВОЕ УПРАЖНЕНИЕ

| | | | |
|-----|-----|---|-----------|
| 16 | 2/4 | V П впереди croisé | P—Пп |
| 1 | ↓ | Л jeté battu в сторону, П sur le cou-de-pied сзади | Л—I, П—II |
| | ↓ | П assemblé в сторону в V вперед | P—Пп |
| 2 | ↓ | Л jeté battu в сторону, П sur le cou-de-pied сзади | Л—I, П—II |
| | ↓ | П assemblé в сторону в V вперед | P—Пп |
| 3 | ↓ | en face sauté по V П впереди | П—I, Л—II |
| | ↓ | 2 pirouettes en dh на Л в V П сзади croisé на plié relevé | P—Пп |
| 4 | | | |
| 1—4 | | Повторить комбинацию с другой ноги | |
| 1—8 | | Повторить всю комбинацию в обратном на- правлении | |

ВТОРОЕ УПРАЖНЕНИЕ

| | | | |
|-----|-----|---|-------------------------------------|
| 8 | 2/4 | V П впереди croisé | P—Пп |
| 1 | 1 | П double rond de jambe en l'air en dh sauté П assemblé в V назад | P—I—II |
| 2 | 1 | sissonne fermée в 3-й arb в т. 2 колени вытянуть | P—Пп |
| 3—4 | 1 | повторить комбинацию 1—2-го тактов с другой ноги | P—3-й arb P—Пп |
| 1 | 2 | 2 sissonnes fermées во 2-й arb в т. 3, 7 заканчивая в V вперед | P—I—2-й arb |
| 2 | 1 | gargouillade en dh, закончить в V Л впереди croisé колени вытянуть | P—I—II |
| 3 | 2 | 2 sissonnes fermées во 2-й arb, в т. 7, 3 заканчивая в V вперед | P—Пп |
| 4 | 1 | gargouillade en dd, закончить в V П впереди croisé changement de pied | P—I—2-й arb P—I—II—Пп P—I—III |

ТРЕТЬЕ УПРАЖНЕНИЕ

| | | | |
|-----|-----|---|-------------|
| 16 | 3/4 | V П впереди croisé | P—Пп |
| 1 | | en face échappé на II | P—I—II |
| 2 | | со II grand sissonne ouverte в 1-й arb на П в т. 3 | P—1-й arb |
| 3—4 | | pas de bourrée en dh в V Л впереди croisé | P—Пп |
| 1 | | en face échappé на II | P—I—II |
| 2 | | со II grand sissonne ouverte назад на Л, П eff | Л—III, П—II |
| 3—4 | | вперед pas de bourrée en dd в V Л впереди croisé | P—Пп |
| 1—2 | | П glissade в сторону, не меняя V | P—I |
| | | П grand assemblé battu в сторону в V | П—III, Л—II |
| 3—4 | | вперед croisé | allongé |
| | | Л glissade в сторону, не меняя V | P—I |
| | | Л grand assemblé battu в сторону в V | Л—III, П—II |
| | | вперед croisé | allongé |
| | | relevé | Л—I, П—II |
| 1—4 | | chainés в т. 8, закончить во 2-й arb à terre на Л | P—2-й arb |

ЧЕТВЕРТОЕ УПРАЖНЕНИЕ

| | | | |
|---|-----|---|--------------------|
| 8 | 2/4 | IV Л pointe tendue croisé вперед | P-II занижена |
| 1 | | П glissade в сторону в т. 3, не меняя V П cabriole 45° eff вперед на Л | P-I Л—III, П—II |
| 2 | 3 Л | 3 emboités sur le cou-de-pied сзади на П, Л, П | P-II—Пп |
| 3 | | Л glissade в сторону в т. 7, не меняя V Л cabriole 45° eff назад на П в т. 2 | P-I P-1-й arb |
| 4 | 3 Л | 3 emboités sur le cou-de-pied сзади на Л, П, Л | P-Пп |
| 1 | | П glissade в сторону в т. 3, не меняя V П cabriole 45° eff вперед на Л | P-I Л—III, П—II |
| 2 | 3 Л | 3 émboités sur le cou-de-pied сзади на П, Л, П | P-II—Пп |
| 3 | Л | Л coupé сзади П шаг назад в т. 6 в 1-й arb на plié | P-1-й arb |
| | 3 Л | 3 temps glissés в 1-й arb с продвижением назад в т. 6 | |
| 4 | 3 Л | П relevé Л sailli в 4-й arb à terre | P-4-й arb |

ПЯТОЕ УПРАЖНЕНИЕ

| | | | |
|-----|-----|---|---------------------------|
| 16 | 3/4 | IV Л pointe tendue croisé вперед (движение по диагонали 6—2) | P-II занижена |
| 1—2 | | pas de bourrée вперед, grand jeté в att croisé | P-I, П—III, Л—II |
| 3—4 | | повторить комбинацию 1—2-го тактов | |
| 1—2 | | П sissonne tombé eff вперед | P-I, П—III, Л—I |
| 3 | | pas de bourrée | Л—II |
| 4 | | П piqué в 1-й arb в т. 2 Л chassé в сторону в т. 6 | P-1-й arb P-II allongé |
| 1—2 | | grand assemblé en tournant в V П впереди croisé | P—I—III |
| 3 | | grand sissonne ouverté во 2-й arb на П в т. 2 | P—2-й arb |
| 4 | | П relevé Л chassé в сторону в т. 6 | P-II allongé |
| 1—2 | | grand assemblé en tournant в V П впереди croisé | P—I—III |
| 3 | | grand sissonne ouverte во 2-й arb на П в т. 2 П relevé | P—2-й arb |

4

failli в IV П pointe tendue croisé назад
Л вытянуть

Р—I
П—III, Л—II

ШЕСТОЕ УПРАЖНЕНИЕ

| | | | |
|------------|-----|--|------------------------------|
| 8 | 3·4 | IV Л pointe tendue croisé вперед (движение по диагонали 6—2) | Р—II занижена |
| 1—2 | | П glissade grand jeté pas de chat | Р—I П—III, Л—I allongé |
| 3—6 7—8 | | повторить 2 раза glissade, grand jeté pas de chat П sissonne temps levé в 1-й arb бег в т. 2 | |

СЕДЬМОЕ УПРАЖНЕНИЕ

| | | | |
|-----|-----|--|-------------|
| 8 | 2/4 | V Л впереди croisé | Р—Пп |
| 1 | 1 | П brisé dessus в т. 2 | П—I, Л—II |
| | 1 | П relevé, Л через I в att eff | Л—III, П—II |
| 2 | 1 | failli | Р—II |
| | 1 | grand pas de chat | Р—I—III |
| 3—6 | 2 | повторить 2 раза brisé, grand pas de chat | |
| 7 | 2 | brisé dessus-dessous в т. 2 | |
| 8 | 1 | pas de bourrée en tournant в V П впереди croisé | Р—Пп |
| | 1 | soubresaut | Р—I—III |

ЭКЗЕРСИС НА ПАЛЬЦАХ

ПЕРВОЕ УПРАЖНЕНИЕ

| | | | |
|---|-----|---|-----------|
| 8 | 2/4 | V Л впереди croisé | Р—Пп |
| 1 | 1 | échappé в IV на croisé, закончить в V Л впереди croisé | П—I, Л—II |
| | 1 | échappé на II en tournant en dh | Р—Пп |

1/2 поворота до т. 5, закончить в V Л впереди

Р—I занижена —
Пп

2 1 échappé в IV Л впереди в т. 6

Р—3-й arb—Пп

закончить в V Л впереди

Р—I занижена —
Пп

1 échappé на II en tournant en dh

1/2 поворота до en face, закончить
в V Л впереди croisé

| | | | |
|-----|--|---|-------------------------|
| 3 | 1 | Л sissonne ouverte croisé вперед 45° Л sissonne ouverte в 3-й arb в т. 2 закончить Л plié, П sur le cou-de-pied сзади | П—I, Л—II Р—3-й arb |
| 4 | 1 | 1 pirouette en dh на Л, закончить в V П впереди croisé, plié relevé | Р—I—Пп Р—II занижена |
| 1—4 | Повторить всю комбинацию с другой ноги | | |

ВТОРОЕ УПРАЖНЕНИЕ

| | | | |
|-----|--|--|---|
| 8 | 2/4 | V П впереди croisé | Р—Пп |
| 1 | 1 | Л sissonne simple на Л, закончить в V П впереди П double rond de jambé en l'air en dh закончить в V П сзади croisé | П—I, Л—II Р—Пп |
| 2 | 1 | Л sissonne simple на П, закончить в V Л впереди Л double rond de jambe en l'air en dh закончить в V Л сзади croisé | Л—I, П—II Р—Пп |
| 3 | 1 | П ballonné eff вперед Л relevé, П petit développé écarté назад, закон- чить в V П сзади на plié | Р—I, Л—I, П—II Р—II занижена allongé—Пп |
| 4 | 1 | détourné, закончить в V П впереди en face, plié 2 pirouettes en dh на Л в V П сзади croisé | П—I, Л—II Р—I—Пп |
| 1—4 | Повторить всю комбинацию с другой ноги | | |

ТРЕТЬЕ УПРАЖНЕНИЕ

| | | | |
|-----|-----|--|---------------------|
| 16 | 3/4 | V П впереди croisé | Р—Пп |
| 1 | | П grand sissonne ouverte eff вперед | Р—I, П—III, Л—II |
| 2 | | tombé в 1-й arb в т. 2 | Р—1-й arb |
| 3—4 | | pas de bourrée в V Л впереди croisé, plié | Р—Пп |
| 1 | | П grand sissonne ouverte écarté назад закончить Л plié | Р—I, П—III, Л—II |
| 2 | | souetté relevé, закончить в att eff на Л Л plié, П вытянуть | Р—allongé |
| 3—4 | | pas de bourrée en dh, закончить Л plié, П petit développé croisé вперед | Р—Пп—I |
| 1 | | П piqué в 4-й arb в т. 8 | Р—4-й arb |

| | | |
|----------|---|----------------------------------|
| 2—3 4 | 2 relevés в 1-й arb en tournant en dd до т. 2 failli в IV Л впереди croisé | Л—I, П—II |
| 1—2 3 | 2 pirouettes en dd в V П впереди croisé plié relevé | Р—III—I Л—III, П—I allongé |
| 4 | пауза | |

ЧЕТВЕРТОЕ УПРАЖНЕНИЕ

| 8 | 2/4 | V П впереди croisé | Р—Пп |
|-----|-----|--|-------------------------|
| 1 | 2 | Л 2 relevés на Л, П att croisé вперед | Р—I скрещены allongé |
| 2 | | Л Л relevé, П passé développé écarté вперед Л П tombé вперед в V, Л sur le cou-de-pied сзади Л Л glissade в сторону в т. 6, не меняя V Л Л jeté в сторону, П sur le cou-de-pied впереди | П—III, Л—II Р—II |
| 3—4 | | повторить комбинацию 1—2-го тактов | Р—I |
| 1 | | 4 emboîtés en tournant в т. 2 | |
| 2 | | 4 chaînés в т. 2 | |
| 3 | | 4 emboîtés en tournant в т. 2 | |
| 4 | | 4 chaînés в т. 2, закончить 2-й arb à terre на П | Р—2-й arb |

ПЯТОЕ УПРАЖНЕНИЕ

| 8 | 2/4 | V П впереди croisé | Р—Пп |
|-----|-----|---|---------------------------|
| 1 | 1 | grand sissonne ouverte в 1-й arb на П в т. 2 закончить в V Л впереди croisé | Р—I—1-й arb Р—Пп |
| | 2 | grand sissonne ouverte в att croisé на Л, закон- чить в V Л впереди croisé | Р—I, П—III, Л—II |
| 2 | 3 | 3 temps levés на пальцах на П, Л att croisé вперед, закончить в V Л впереди croisé на plié | Р—II—Пп |
| 3—4 | | повторить комбинацию 1—2-го тактов с дру- гой ноги | |
| 1 | 1 | grand sissonne ouverte в 1-й arb на П в т. 2 закончить в V Л впереди croisé | Р—1-й arb Р—Пп |
| | 2 | grand sissonne ouverte в att croisé на Л, закон- чить в V Л впереди croisé | Р—I; П—III, Л—II, Р—Пп |
| 2 | 1 | détourné, закончить в V П впереди croisé | Р—I—III Р—II |
| | 2 | Л шаг в сторону в т. 6, П pointe tendue croisé вперед | П—I, Л—II |

3—4 | 4 ↗ | 4 раза pirouette en dd с dégagé в т. 2, закон-
чить в IV в т. 2

P—3-й arb

ШЕСТОЕ УПРАЖНЕНИЕ

| | | | |
|-----|-----|---|-----------|
| 8 | 2/4 | IV П pointe tendue croisé вперед (движение по диагонали 6—2) | П—I, Л—II |
| 1—2 | 3 ↗ | 3 раза pirouette-piqué en dd на П | |
| 3—8 | 2 ↗ | 2 chainés повторить 3 раза комбинацию 1—2-го тактов, закончить 2-й arb a terre на П | P—2-й arb |

СЕДЬМОЕ УПРАЖНЕНИЕ

| | | | |
|-----|-----|--|-----------|
| 8 | 2/4 | IV Л впереди en face | P—3-й arb |
| 1—8 | | 16 tours fouettés закончить в IV в т. 2 | P—II |

ТРЕТИЙ УРОК

ЭКЗЕРСИС У СТАНКА

PLIÉ

| | | | |
|-----|-----|------------------------------------|-----------|
| 104 | 3/4 | I позиция | П—Пп |
| 1—2 | | | П—I—II |
| 1—4 | | I grand plié | П—Пп—I—II |
| 1—4 | | grand plié | П—I—I—I |
| 1—2 | | relevé | |
| 3—4 | | П passé | |
| 1—2 | | développé в сторону | П—Пп—I |
| 3 | | Л опустить на целую стопу | П—I |
| 4 | | П опустить pointe tendue в сторону | |
| | | II | |
| 1—4 | | II grand plié | П—Пп—I—II |
| 1—4 | | grand plié | П—I—I—I |
| 1—2 | | relevé | |
| 3—4 | | Л опустить на целую стопу | |
| 1—2 | | П pointe tendue в сторону | |
| 3 | | demi-rond de jambe par terre en dd | |
| | | IV | |

| | | |
|-----|--|-----------------------|
| 4 | пауза | П—Пп—I—II |
| 1—4 | IV grand plié | П—Пп—I—II |
| 1—3 | grand plié | П—III—II |
| 4 | relevé | |
| 1—2 | корпус перегнуть в сторону налево | П—III |
| 3 | корпус выпрямить | П—II |
| 4 | Л passé | |
| 1 | 1/2 pirouette en dh | |
| 2 | Л développé вперед на полупальцах | П на палке, Л—I |
| 3 | П опустить на целую стопу | Л—II |
| 4 | Л опустить pointe tendue вперед | |
| | IV | Л—Пп—I—II |
| 1—4 | IV grand plié | Л—Пп—I—II |
| 1—3 | grand plié | Л—III—II |
| 4 | relevé | |
| 1—2 | корпус перегнуть в сторону направо | Л—III |
| 3—4 | корпус выпрямить | Л—II |
| 1—2 | Л passé | |
| 3—4 | Л опустить в V вперед, опуститься на целую стопу | Л—Пп—I—II |
| 1—4 | V grand plié | Л—Пп—I—II |
| 1—3 | grand plié | Л—III—II |
| 4 | relevé | |
| 1—7 | 3 port de bras на полупальцах, закончить | |
| 8 | П passé | Л—II |
| 1—2 | 1/2 pirouette en dh | П—I—II, Л на палке |
| 3 | П опустить в V назад, опуститься на целую стопу | |
| 4 | пауза | П—Пп—I—II |
| 1—4 | V grand plié | П—Пп—I—II |
| 1—3 | grand plié | П—III—II |
| 4 | relevé | |
| 1—7 | 3 port de bras обратное на полупальцах | |
| 8 | Л passé | П—II |
| 1—2 | пауза | |
| 3—4 | Л опустить в V назад, опуститься на целую стопу | П—Пп |

BATTEMENT TENDU

| | | | |
|----|-----|-------------|--------|
| 32 | 2/4 | V П впереди | П—Пп |
| 1 | | . | П—I—II |

| | | | | |
|------|---|---|--|---------------------|
| 1—3 | 6 | Л | П 6 вперед 7-й через I pointe tendue назад, fouetté à terre закончить П pointe tendue вперед П закрыть в V вперед | Л—II, П на палке |
| 1—3 | 6 | Л | Л 6 назад 7-й через I pointe tendue вперед, fouetté à terre закончить Л pointe tendue назад Л закрыть в V назад | П—II, Л на палке |
| 1 | 2 | Л | П 2 в сторону, меняя V | |
| 2 | | | П bt tendus pour batterie на полупальцах, за- кончить П pointe tendue в сторону | |
| 3—6 | | | повторить 2 раза 2 bt tendus в сторону и bt tendus pour batterie | |
| 7—8 | 7 | Л | П 7 bt tendus в сторону по I, закончить в V П сзади | П—Пп—I—II |
| 1—16 | | | Повторить всю комбинацию в обратном на- правлении, закончить V П впереди | |

BATTEMENT JETÉ

| | | | | |
|-----|-----|---|---|------------|
| 16 | 2/4 | | | |
| 1—3 | 6 | Л | П 6 вперед | П—II |
| 4 | Л | Л | 7-й через I dégagé 45° назад fouetté relevé закончить П вперед 45° П опустить в V вперед | П на палке |
| | Л | | опуститься на целую стопу | Л—II |
| 1—3 | 6 | Л | Л 6 назад | |
| 4 | Л | Л | 7-й через I dégagé 45° вперед fouetté relevé, закончить Л назад 45° | Л на палке |
| | Л | | Л опустить в V назад, опуститься на целую стопу | П—II |
| 1 | 2 | Л | Л 2 bt retirés, меняя V | П—III |
| 2 | 3 | Л | П 3 bt jetés в сторону, меняя V | П—II |
| 3—4 | 8 | Л | П 8 bt jetés в сторону по I—V (попеременно) | П—Пп—I—II |
| 1 | | | flic-flac en tournant en dh закончить в сторону 45° | |

| | | | |
|---|---|---|--|
| 2 | 4 | Л | 4 bat jetés pointés в сторону закончить в сторону 45° |
| 3 | | | flic-flac en tournant en dd закончить в сторону 45° |
| 4 | 3 | Л | 3 bat jetés pointés в сторону закончить в V вперед |

П—Пп

ROND DE JAMBES PAR TERRE

| | | | |
|------|-----|---|-----------|
| 48 | 3/4 | 1 позиция | П—Пп |
| 1—2 | | préparation en dh | П—I—I |
| 1—2 | | 2 ronds en dh | |
| 3—4 | Л | 3 ronds, закончить pointe tendue вперед rond de jambe par terre | |
| 1 | | grand rond de jambe jeté en dh | |
| 2 | | rond de jambe par terre | |
| 3—4 | | grand rond de jambe jeté en dh закончить П pointe tendue вперед | |
| 1—8 | | Повторить комбинацию 1—8-го тактов | |
| 1—16 | | Повторить всю комбинацию в обратном на- правлении, закончить V П сзади | |
| 1—2 | | П développé в сторону | П—Пп—I—I |
| 3 | | корпус перегнуть в сторону налево | П—III |
| 4 | | корпус выпрямить | П—II |
| 1—2 | | demi-rond de jambe en dd закончить на plié, корпус наклонить вперед | П—III |
| 3—4 | | П passé développé назад, Л вытянуть корпус выпрямить | П—2-й arb |
| 1—2 | | П опустить pointe tendue назад | |
| 3—4 | | корпус перегнуть назад | |
| | | корпус выпрямить | |
| 1—2 | | П dégagé 90° назад | |
| 3—4 | | Л relevé | |

BATTEMENT FONDÉ

| | | | |
|-----|-----|-------------|------|
| 16 | 3/4 | V П впереди | П—Пп |
| 1—2 | | | |

| | | | |
|-----|--|---|----------------------|
| 1—2 | | П bt fondu вперед через l dégagé 45° назад на plié fouetté relevé, закончить П вперед 45° | П—I—I |
| 3 | | | Л—I,I, П на палке |
| 4 | | | |
| 1 | | Л plié 1 2 tour en dd, П впереди 45° | П—I,I, Л на палке |
| 2 | | | |
| 3—4 | | П bt fondu в сторону | П—Пп—I—I |
| 1—8 | | Повторить всю комбинацию в обратном направлении, закончить П в сторону 45° | |

BATTEMENT FRAPPÉ

| | | | |
|-----|-----|---|-----------------|
| 16 | 2/4 | | |
| 1—2 | 6 | Л П 6 eff вперед на полупальцах закончить на plié Л П assemblé вперед relevé | П—Пп—I—I |
| 3—4 | 6 | Л не меняя épaulement, Л 6 назад, закончить на plié Л П assemblé назад relevé | П—1-й arb |
| 1—2 | 8 | Л П 8 écarté назад П опустить в V назад détourné, закончить в V П впереди | П—I—I |
| 3 | | V plié 2 pirouettes en dh | П—I—I |
| 4 | | закончить в сторону 45° | П—I, Л на палке |
| 1—8 | | Повторить всю комбинацию в обратном направлении | П—I—I |

ROND DE JAMBES EN L'AIR

| | | | |
|---|-----|--|----------|
| 8 | 2/4 | V П впереди | П—Пп |
| 1 | | préparation—temps relevé en dh | П—I—I |
| 1 | 3 | Л 3 ronds en dh, закончить на plié Л пауза | |
| 2 | | | |
| 3 | 3 | 2 pirouettes en dh, закончить в сторону 45° Л 3 ronds en dh, постепенно повышая до 90° Л пауза | П—Пп—I—I |

| | | | |
|-----|---|--|------------------------|
| | 4 | <p>double rond en dh на 90° П опустить в V назад détourné, закончить в V П впереди П dégagé 45° в сторону</p> | П—II—Пп П—I П—II |
| 1—4 | | Повторить всю комбинацию в обратном направлении | |

ADAGIO

| | | | |
|-----|-----|--|----------------------|
| 16 | 3/4 | V П впереди | П—Пп |
| 1—2 | | | |
| 1 | | П développé в сторону на полупальцах | П—I—II |
| 2 | | пауза | |
| 3 | 1 | demi-rond de jambé en dd—en dh (d'ici de là) | |
| 2 | 1 | пауза | |
| 4 | 1 | пауза | |
| 1—2 | | flic-flac en tournant en dh закончить в att вперед | П—III |
| 3—4 | | plié grand rond de jambe на полупальцах, закончить на plié | П—II |
| 1—2 | | tour tire-bouchon en dh закончить П écarté назад | |
| 3—4 | | 2 doubles ronds de jambe en l'air en dh на 90° | |
| 1—2 | | | |
| 3 | | П passé développé вперед с поворотом en face souetté в 4-й arb на полупальцах | П—I—II П на палке |
| 4 | 2 | пауза | Л—4-й arb |
| | | П опустить в V назад, опуститься на целую стопу | |

BATTEMENT DOUBLE FRAPPÉ

| | | | |
|----|-----|--|-------------|
| 16 | 2/4 | V П впереди | П—Пп |
| 1 | | <p>П dégagé 45° в сторону на полупальцах</p> | П—I П—II |

| | | | |
|-----|---|---|-----------------------------|
| 1—2 | 4 | 4 bt doubles frappés ¹ eff вперед, écarté назад, croisé назад, écarté назад | П—I—III |
| 3—4 | 4 | 4 écarté назад на полупальцах | |
| 1—2 | | en face 4 petits bt | П—I |
| 3—4 | | bt battus eff вперед, закончить с поворотом 45° en face П в сторону 45° | П—I П—II |
| 1—2 | 4 | 4 bt doubles frappés eff назад, écarté вперед, croise вперед, écarté вперед | П—I—III |
| 3—4 | | 4 écarté вперед на полупальцах | |
| 1—2 | | с поворотом en face Л plié, П sur le cou-de-pied впереди | П—I |
| | | c temps relevé 2 pirouettes en dh | |
| 3 | | пауза | Л снять с палки, Р—I—III |
| 4 | | П опустить в V вперед опуститься на целую стопу | Л на палке П—I—I—Пп |

GRAND BATTEMENT

| | | | |
|-----|-----|--|------------------------|
| 16 | 2/4 | V П впереди | П—I—I—III |
| 1—2 | | | |
| 1—3 | 6 | П 6 вперед на полупальцах | Л—I—III, П |
| 4 | | 7-й через 1 grand fouetté закончить П вперед 90° на полупальцах, П опустить в V вперед | П на палке |
| 1—3 | 6 | Л 6 назад на полупальцах | Л—I |
| 4 | | 7-й через 1 grand fouetté закончить Л назад 90° на полупальцах, Л опус- тить в V назад, опуститься на целую стопу | П—I—III, Л на палке |
| 1—3 | 5 | П 5 в сторону, меняя V, закончить в V П сзади на plié | П—I |
| 4 | | — détourné, закончить в V П впереди П grand bt développé в сторону на полупальцах закончить в V П впереди на целой стопе | П—I П—I—I |

¹Исполняются с relevé и заканчиваются pointe tendue.

| | | | |
|-----|-----|--|---------------------|
| 1—3 | 5 ↘ | П 5 в сторону, меняя V, закончить в V П сзади на plié détourné, закончить в V П впереди | П—Пп |
| 4 | ↗ | П grand bat développement в сторону на полупальцах, закончить в V П сзади на целой стопе | П—I П—II П—Пп |

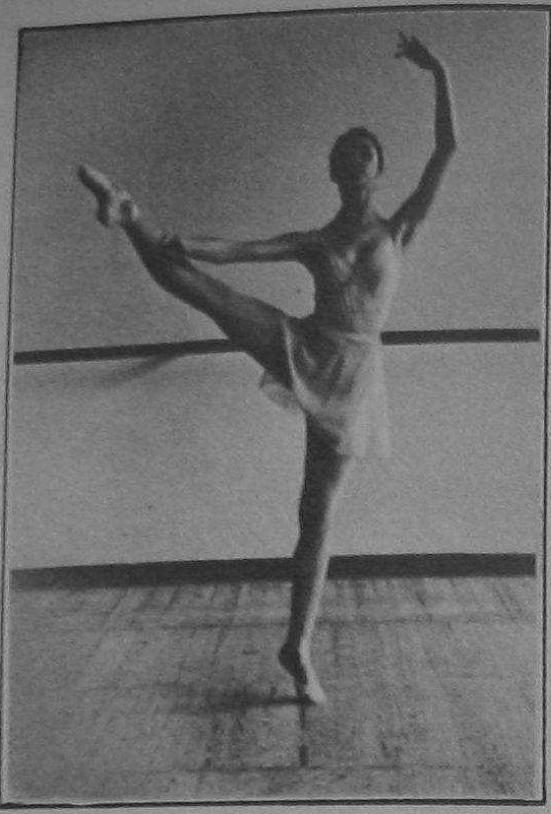
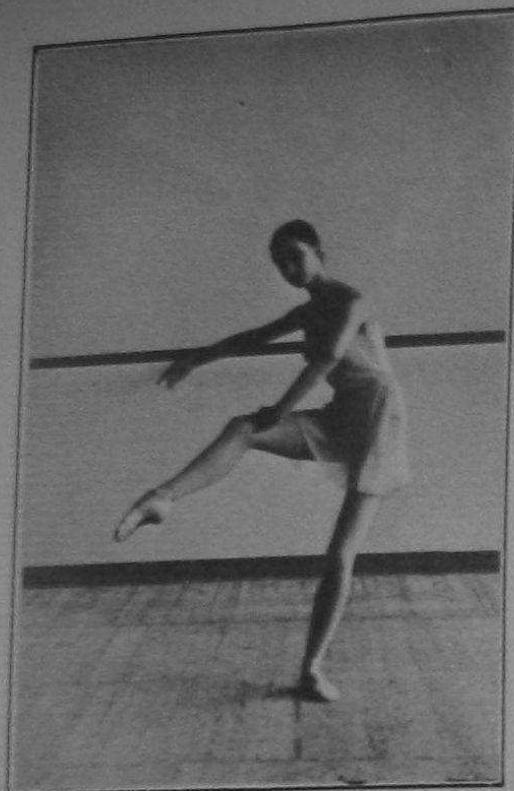
ЭКЗЕРСИС НА СЕРЕДИНЕ ЗАЛА

МАЛЕНЬКОЕ ADAGIO

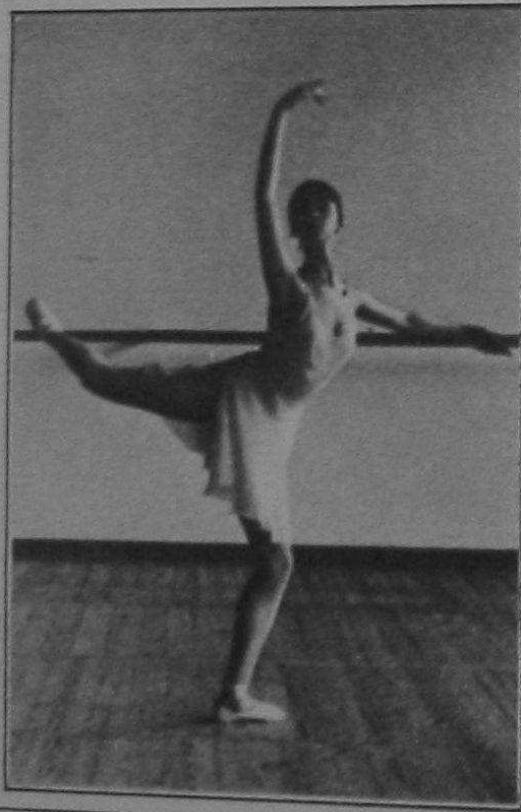
| | | | |
|-----|-----|--|-----------------------------|
| 16 | 3/4 | V Л впереди croisé | Р—Пп |
| 1—2 | | | |
| 1 | | П rqué в сторону в т. 3 Л att 45° eff впереди на plié | Р—II |
| 2 | | grand fouetté en effacé | П—I, Л—II |
| 3—4 | | pas de bourrée в IV Л впереди croisé | П—III—II, Л—II Р—3-й arb |
| 1—2 | | 2 pirouettes en dh, закончить в att croisé | Р—I; П—III, Л—I |
| 3 | | П passé développé écarté назад | |
| 4 | | П опустить в V впереди croisé | Р—Пп |
| 1—8 | | Повторить всю комбинацию в обратном направлении | |

BATTEMENT TENDU

| | | | |
|-----|-----|---|------------------------|
| 16 | 2/4 | V П впереди croisé | Р—Пп |
| 1 | | | |
| 1—3 | 6 ↘ | П 6 croisé вперед | Р—I; П—III, Л—II |
| 4 | | 7-й через 1 pointe tendue назад, fouetté à terre закончить в т. 4 П pointe tendue вперед П закрыть в V вперед | Л—III, П—II |
| 1—3 | 6 ↗ | Л 6 назад 7-й через 1 pointe tendue вперед, fouetté à terre закончить в т. 8 Л pointe tendue назад Л закрыть в V назад | Р—2-й arb Р—4-й arb |
| 1—2 | 4 ↗ | en face 4 в сторону (П, Л, П, Л), меняя V | Р—I—II |



45 46



47

45—47. Grand fouetté en effacé en dehors

48 49



50



48—50. Grand fouetté en effacé en dedans

| | | | |
|-----|-----|--|-------------------|
| 3—4 | 8 Л | П 8 бт jetés в сторону по I, закончить в V П впереди на plié | П—I, Л—II |
| 1 | | 2 pirouettes en dh на Л в IV в т. 2 пауза | Р—I—3-й arb |
| 2 | | | |
| 3 | | 2 pirouettes en dh в V П сзади croisé на plié détourné, закончить в V П впереди croisé | Р—I—Пп Р—I—III |

BATTEMENT FONDУ

| | | | |
|------|-----|---|------------------|
| 32 | 3/4 | V П впереди croisé | Р—Пп |
| 1—2 | | | |
| 1—2 | | П бт fondu eff вперед 90° | Р—I; П—III, Л—II |
| 3—4 | | tombé, tour en dd в ат до eff | Л—III, П—II |
| 1—2 | | Л бт fondu eff назад 90° | Р—I—1-й arb |
| 3—4 | | tombé, П eff вперед 90° | Л—III, П—II |
| | | tour en dh на Л в позе П впереди до eff | |
| 1—2 | | en face П бт fondu в сторону 45° | Р—Пп—I—II |
| 3 | | 3 ronds de jambe en l'air en dh, | |
| | | постепенно повышая до 90°, закончить на plié | |
| 4 | | fouetté relevé в 1-й arb в т. 7 | |
| 1—2 | | не спускаясь с полупальцев pas de bourrée в IV П впереди croisé—préparation к tour en dh | Р—I—3-й arb |
| 3—4 | | 2 tours en dh на П в ат до croisé | Р—III |
| 1—16 | | Повторить всю комбинацию в обратном направлении с другой ноги | . |

ВРАЩЕНИЕ

| | | | |
|-----|----------|---|-----------|
| 8 | 2/4 | V Л впереди croisé | Р—Пп |
| 1 | | échappé в IV Л впереди en facé | Р—3-й arb |
| 1—4 | 7 1 1 | 7 tours fouettés, закончить в V П сзади échappé в IV П впереди en face | Р—3-й arb |
| 1—4 | | Повторить всю комбинацию с другой ноги | |

БОЛЬШОЕ ADAGIO

| | | | |
|------------------|--|--------------------|---|
| 32 | 3/4 | V П впереди croisé | P—Пп |
| 1—2 | | | P—I—II |
| 1—2 3—4 | grand plié с глубокого plié relevé на П в att eff | | P—Пп, П—I, Л—II Л—III, П—II |
| 1—2 3 4 | tour lent en dd до eff П relevé, Л вытянуть failli в 4-й arb на Л на plié в т. 2 | | P—allongé |
| 1—2 3—4 | pas de bourrée en tournant в IV П впереди croisé—préparation к tour en dd 2 tours en dd на П в позе Л впереди 90° до croisé, Л опустить в V вперед | | P—I, Л—II П—III, Л—I P—Пп |
| 1 2 3 4 | J en face П développé в сторону на полупальцах grand fouetté en tournant en dh закончить П croisé вперед на plié Л relevé П tombé в IV в т. 8 | | P—I—II P—allongé Л—III, П—II P—3-й arb |
| 1—2 3—4 | 2 pirouettes en dh, закончить в 3-й arb à terre на глубоком plié (растяжка) Л шаг назад в т. 4, П pointe tendue croisé вперед | | P—3-й arb П—II, Л—III, |
| 1—2 3—4 | корпус перегнуть назад корпус выпрямить | | Л—II |
| 1 2 3 4 | П développé croisé вперед на полупальцах chassé вперед в т. 8 П tombé в IV—préparation к tour en dd пауза | | P—Пп—I П—III, Л—II П—I, Л—II |
| 1 2 3—4 | tour en dd в 1-й arb на П закончить на plié в т. 2 повторить tour pas de bourrée en dh в 4-й arb à terre в т. 2 | | P—I—4-й arb |

GRAND BATTEMENT

| | | | |
|-----|-----|--------------------|------|
| 16 | 3/4 | V П впереди croisé | P—Пп |
| 1—2 | | | |



51 52



53

51—53. Grand fouetté en tournant en dehors в позу croisé вперед

| | | | |
|-----|--|--|-------------------------------|
| 1 | | sissonne ouverte en tournant с продвижением вперед в т. 4 в 1-й arb на П | P—I—1-й arb |
| 2 | | Л assemblé назад | |
| 3—4 | | Л 2 grands bt назад | P—1-й arb |
| 1 | | sissonne ouverte en tournant с продвижением назад в т. 4 на Л, П croisé вперед | P—I |
| 2 | | П assemblé вперед | Л—III, П—II |
| 3—4 | | П 2 grands bt croisé вперед | |
| 1—3 | | en face 3 grands bt balancés в сторону (П, Л, П), меняя V | P—II |
| 4 | | пауза | |
| 1—2 | | П glissade в сторону, не меняя V | P—I |
| | | П grand assemblé battu в сторону в V П впереди croisé | П—III, Л—II |
| 3—4 | | Л glissade в сторону, не меняя V | allongé |
| | | Л grand assemblé battu в сторону в V Л впереди croisé | Р—I Л—III, П—II allongé |

ALLEGRO

ПЕРВОЕ УПРАЖНЕНИЕ

| | | | |
|-----|-----|---|-----------|
| 8 | 2/4 | V П впереди croisé | P—Пп |
| 1—2 | 3 ↘ | 3 assemblés battus в сторону в V вперед (П, Л, П), колени вытянуть | |
| 3—4 | 3 ↘ | 3 assemblés battus в сторону в V вперед (Л, П, П) колени вытянуть | |
| 1 | | en face échappé на II, закончить на Л, П sur le cou-de-pied впереди | P—I—II |
| 2 | ↘ | П jeté в 3-й arb в т. 8 | P—I |
| | ↘ | Л assemblé назад | P—3-й arb |
| 3—4 | 3 ↘ | 3 entrechats-quatre | P—Пп |
| | ↘ | колени вытянуть | |

ВТОРОЕ УПРАЖНЕНИЕ

| | | | |
|-----|-----|---|--|
| 16 | 2/4 | V П впереди croisé | |
| 1—2 | | temps lie sauté en tournant en dh (вперед в т. 8 и в сторону в т. 3) закончить в V Л впереди croisé | |

3—4 | повторить temps lié с Л, закончить в V П впереди croisé

| | | |
|-----|---|--------|
| 1 | Л П sissonne ouverte petit développé в сторону | P—I—II |
| 2 | Л П double rond de jambe en l'air en dh sauté | P—Пп |
| 3 | Л П assemblé в V назад | |
| | колени вытянуть | |
| 4 | Л П sissonne ouverte petit développé в сторону | P—I—II |
| | double rond de jambe en l'air en dh sauté | |
| 5 | Л П assemblé в V назад | P—Пп |
| | колени вытянуть | |
| 1—8 | Повторить всю комбинацию в обратном направлении | |

ТРЕТЬЕ УПРАЖНЕНИЕ

| 16 | 3/4 ¹ | V Л впереди croisé | P—Пп |
|-----|------------------|---|--------------------|
| 1 | 1 | Л jeté passé в сторону, закончить Л eff вперед | P—I П—III, Л—II |
| | 2 | Л шаг вперед в т. 8 | |
| | 3 | Л шаг-coupé вперед | |
| 2 | 1 | Л jeté passé в сторону, закончить Л eff вперед | P—I Л—III, П—II |
| | 2 | Л шаг вперед в т. 2 | |
| | 3 | Л шаг-coupé вперед | |
| 3 | 1 | Л jeté passé в сторону, закончить Л eff вперед | P—I П—III, Л—II |
| | 2 | en face Л glissade на полупальцах в сторону в т. 7, закончить V Л впереди croisé | P—I, Л—II |
| 4 | | пауза | |
| 1 | 1 | grand jeté во 2-й arb на П в т. 3 | P—2-й arb |
| 2 | 2 | en face Л glissade в сторону в т. 7, в V П впереди | P—II—I |
| 2 | 1 | grand jeté во 2-й arb на Л в т. 7 | P—2-й arb |
| 2 | 2 | en face П glissade в сторону в т. 3 в V Л впереди | P—II—I |
| 3—4 | | П glissade на полупальцах en tournant en dd в т. 4, закончить в V П впереди croisé | P—III |
| 1—8 | | Повторить всю комбинацию с другой ноги | |

ЧЕТВЕРТОЕ УПРАЖНЕНИЕ

| 8 | 2/4 | V П впереди croisé | P—Пп |
|-----|-----|---|------------------------|
| 1 | Л | П sissonne tombé croisé вперед cabriole в 3-й arb на П | P—I |
| 2 | Л | Л assemblé назад колени вытянуть | P—3-й arb P—Пп |
| 3 | Л | П sissonne tombé назад в т. 4 | P—I |
| 4 | Л | П cabriole croisé вперед на Л | Л—III, П—II |
| | Л | П assemblé вперед колени вытянуть | P—Пп |
| 1—2 | 4 Л | 4 petits jetés en tournant направо на 1 2 поворота в сторону в т. 3 (на П, Л, П, Л) | Л—I, П—II П—I, Л—II |
| 3 | 4 Л | 4 emboîtés en tournant en dd в т. 2 (на П, Л, П, Л) | |
| 4 | 3 Л | chainés в т. 2, закончить в V Л впереди croisé на plié relevé | P—I P—III |

ПЯТОЕ УПРАЖНЕНИЕ

| 16 | 3/4 | IV Л pointe tendue croisé вперед | P—II занижена |
|-----|-----|---|-----------------------|
| 1—2 | | П glissade вперед grand fouetté sauté в 1-й arb на Л в т. 7 | P—II P—I—1-й arb |
| 3—4 | | П glissade в сторону в т. 2а в V П впереди croisé П piqué в сторону в т. 2а в att croisé назад | P—I П—III, Л—I |
| 1—2 | | pas de bourrée вперед в т. 8 grand jeté в att croisé | P—II—I Л—III, П—II |
| 3 | | Л шаг-coupé вперед в т. 8 grand jeté в att croisé | P—I P—II |
| 4 | | Л шаг-coupé вперед в т. 8 grand jeté в att croisé | P—I P—II |
| 1 | | Л piqué в 1-й arb в т. 8 | P—1-й arb |
| 2 | | П chassé в сторону в т. 4 | P—II allongé |
| 3—4 | | grand assemblé en tournant в V Л впереди croisé | P—I—III |
| 1 | | Л piqué в 1-й arb в т. 8 | P—1-й arb |
| 2 | | П chassé в сторону в т. 4 | P—II allongé |
| 3—4 | | grand assemblé en tournant в V Л впереди croisé relevé | P—I—III P—allongé |

ШЕСТОЕ УПРАЖНЕНИЕ

| | | | |
|-----|-----|---|---|
| 16 | 3/4 | IV Л pointe tendue croisé вперед | P-II занижена |
| 1—2 | | Л шаг-coupé вперед в т. 2 grand fouetté sauté в arb на Л в т. 7 | P—I П—III, Л—II |
| 3—4 | | failli sauté grand fouetté в arb на П в т. 3 | allongé P—II—I Л—III, П—II allongé |
| 1—2 | | failli sauté grand fouetté sauté в arb на Л в т. 7 | P—II—I П—III, Л—II |
| 3—4 | | pas de bourrée en dh в IV П pointe tendue croisé вперед | allongé P-II занижена |
| 1—2 | | Л glissade вперед grand jeté pas de chat, закончить на П, Л sur le cou-de-pied сзади croisé | P—I Л—III, П—I |
| 3—4 | | pas de bourrée en tournant в IV Л pointé tendue croisé вперед, пауза | allongé П—III, Л—II P-II занижена |
| 1—2 | | П glissade вперед grand jeté pas de chat, закончить на Л, П sur le cou-de-pied сзади croisé | P—I П—III, Л—I |
| 3—4 | | pas de bourrée en tournant в IV П впереди croisé 2 pirouettes en dh в IV в т. 8 | allongé Л—III, П—II P—3-й arb P—II |

СЕДЬМОЕ УПРАЖНЕНИЕ

| | | | |
|-----|-----|--|---------------|
| 8 | 2/4 | V П впереди croisé | P—Пп |
| 1 | | relevé | P-II занижена |
| 1 | | plié, entrechat-six | P—I—III |
| 2 | | détourné, закончить в V П впереди croisé | |
| 3 | | brisé dessus-dessous в т. 8 | |
| 4 | | pas de bourrée en tournant в V Л впереди croisé, plié | |
| 1—4 | | Повторить всю комбинацию с другой ноги | |

ЭКЗЕРСИС НА ПАЛЬЦАХ

ПЕРВОЕ УПРАЖНЕНИЕ

| | | | |
|-----|-----|---|----------------------------|
| 8 | 2 4 | V П впереди croisé | Р—Пп |
| 1 | 1 | épaulement croisé, échappé на II, plié по II Л relevé, П sur le cou-de-pied впереди закончить в V П впереди croisé | P—II занижена Л—I, П—II |
| 2 | 1 | échappé на II, plié по II П relevé, Л sur le cou-de-pied сзади закончить в V Л сзади croisé | P—II занижена П—I, Л—II |
| 3 | 1 | sissonne simple на Л, закончить в V П впереди croisé | P—Пп П—I, Л—II |
| | 1 | П double rond de jambe en l'air en dh закончить в V П сзади croisé | |
| 4 | 2 1 | 2 sissonnes simples на Л en tournant en dh в V вперед, назад в т. 6,2 | П—I, Л—II allongé, Р—Пп |
| 1—4 | | Повторить всю комбинацию с другой ноги | |

ВТОРОЕ УПРАЖНЕНИЕ

| | | | |
|-----|-----|---|---------------------------------------|
| 8 | 2/4 | V Л впереди croisé | Р—Пп |
| 1 | 1 | П ballonné écarté назад, закончить sur le cou-de-pied впереди, épaulement efface | Л—I, П—II |
| | 1 | П ballonné écarté вперед, закончить sur le cou-de-pied впереди, épaulement croisé | P—II занижена |
| 2 | | pas de bourrée suivie вперед в т. 8 | allongé |
| 3—4 | | повторить комбинацию 1—2-го тактов с другой ноги | P—I—1-й arb |
| 1—2 | 4 1 | 4 relevés в 1-й arb на П en tournant en dd в т. 4, 6, 8, 2 закончить att eff на plié | P—1-й arb Л—III, П—II P—allongé |
| 3 | | pas de bourrée en dh в IV Л впереди croisé | P—3-й arb |
| 4 | | 2 pirouettes en dh в IV в т. 2 | P—II |

ТРЕТЬЕ УПРАЖНЕНИЕ

| | | | |
|----|-----|---|---------------------------|
| 16 | 3/4 | V П впереди croisé | Р—Пп |
| 1 | | Л piqué в сторону в т. 7, закончить П att 45° eff вперед на plié | P—II allongé Л—I, П—II |
| 2 | 2 1 | grand fouetté en effacé | Л—III—II, П—III |
| | 1 | П вытянуть | P—allongé |

| | | |
|-----|---|-----------------------------------|
| 3—4 | pas de bourrée en dh в V П впереди croisé | P—Пп |
| 1 | П piqué в сторону в т. 3, закончить Л att 45° eff назад на plié | P—II allongé |
| 2 | grand fouetté en effacé | Л—I, П—II P—II, П—III, Л—II |
| 3—4 | pas de bourrée en dd в IV П впереди croisé—préparation к tour en dd | П—I, Л—II |
| 1—2 | tour en dd в à la seconde закончить на plié | P—II |
| 3—4 | ↓ soutenu en tournant en dd в V П впереди croisé П tombé вперед в т. 2 | P—I—III P—II, П—I |
| 1—2 | tour en dd в 1-й arb, закончить на plié в т. 2 | P—1-й arb |
| 3—4 | pas de bourrée en dh в 4-й arb à terré на Л в т. 2 | P—4-й arb |

ЧЕТВЕРТОЕ УПРАЖНЕНИЕ

| | | | |
|-----|---|--------------------|-------------------------|
| 16 | 3/4 | V П впереди croisé | P—Пп |
| 1—2 | relevé | | P—Пп allongé |
| 1—2 | П 2 grands bt croisé вперед на пальцах, за- кончить на plié | | P—I; Л—III, П—II |
| 3—4 | grand sissonne ouverte développé в 3-й arb на П в т. 8, закончить в V Л сзади | | P—I—3-й arb P—Пп |
| 1—2 | Л glissade в сторону в т. 7, не меняя V en face Л grand sissonne ouverte développé | | P—I—III |
| 3—4 | в сторону, закончить в V Л впереди П glissade в сторону в т. 3, не меняя V en face П grand sissonne ouverte développé | | P—II P—Пп P—I—III |
| 1 | Л через I grand fouetté relevé в 1-й arb в т. 3 | | P—Пп—I— |
| 2 | relevé в 1-й arb | | 1-й arb |
| 3 | relevé в att eff | | Л—III, П—II |
| 4 | failli | | P—II |
| 1 | П через I grand fouetté relevé в 1-й arb в т. 7 | | P—Пп—I— |
| 2 | relevé в 1-й arb | | 1-й arb |
| 3 | relevé в att eff | | П—III, Л—II |
| 4 | failli в 3-й arb à terre в т. 8 | | P—3-й arb |

ПЯТОЕ УПРАЖНЕНИЕ

| | | | |
|-----|-----|---|------------------------|
| 8 | 2/4 | IV Л pointe tendue croisé вперед (движение по диагонали 6—2) | P-II занижена |
| 1 | — | Л riqué вперед в т. 2, П double frappé закончить pointe tendue eff вперед на plié | P—I Л—I, П—II |
| 2 | — | П riqué вперед, Л double frappé закончить pointe tendue croisé вперед на plié повторить комбинацию 1-го такта | П—I, Л—II |
| 3 | | pas couru вперед, закончить | |
| 4 | | П pointe tendue eff вперед на plié pas de bourrée en dd в IV Л впереди en face | П—I, Л—II P—3-й arb |
| 1—4 | | 8 tours fouettés, закончить в IV в т. 2 | P—II |

ШЕСТОЕ УПРАЖНЕНИЕ

| | | | |
|-----|-----|---|-----------|
| 8 | 2/4 | V П впереди croisé (движение по диагонали 6—2) | P—Пп |
| 1 | 4 Л | 4 emboîtés en tournant закончить Л plié, П sur le cou-de-pied впереди | P—I, Л—II |
| 2 | — | П glissade на пальцах en tournant en dd | |
| 3—8 | 2 Л | 2 chaînés повторить 3 раза комбинацию 1—2-го тактов закончить 1-й arb à terre на П в т. 2 | P—1-й arb |

СЕДЬМОЕ УПРАЖНЕНИЕ

| | | | |
|-----|-----|---|--|
| 8 | 2/4 | V П впереди croisé | P—Пп |
| 1 | — | échappé в IV на croisé, закончить в V П впереди croisé en face échappé на II, закончить в V Л впереди | P—4-й arb P—Пп P—II занижена—Пп |
| 2 | 3 Л | croisé | |
| 3 | 3 Л | 3 temps sautés по V | P—II, Л—III, |
| 3 | 3 Л | 3 temps levés на Л, П att croisé | P—III, Л—II |
| | | temps levés на П, Л att croisé вперед, закончить в V Л впереди croisé на plié | P—Пп |
| 1—4 | | Повторить всю комбинацию с другой ноги | |

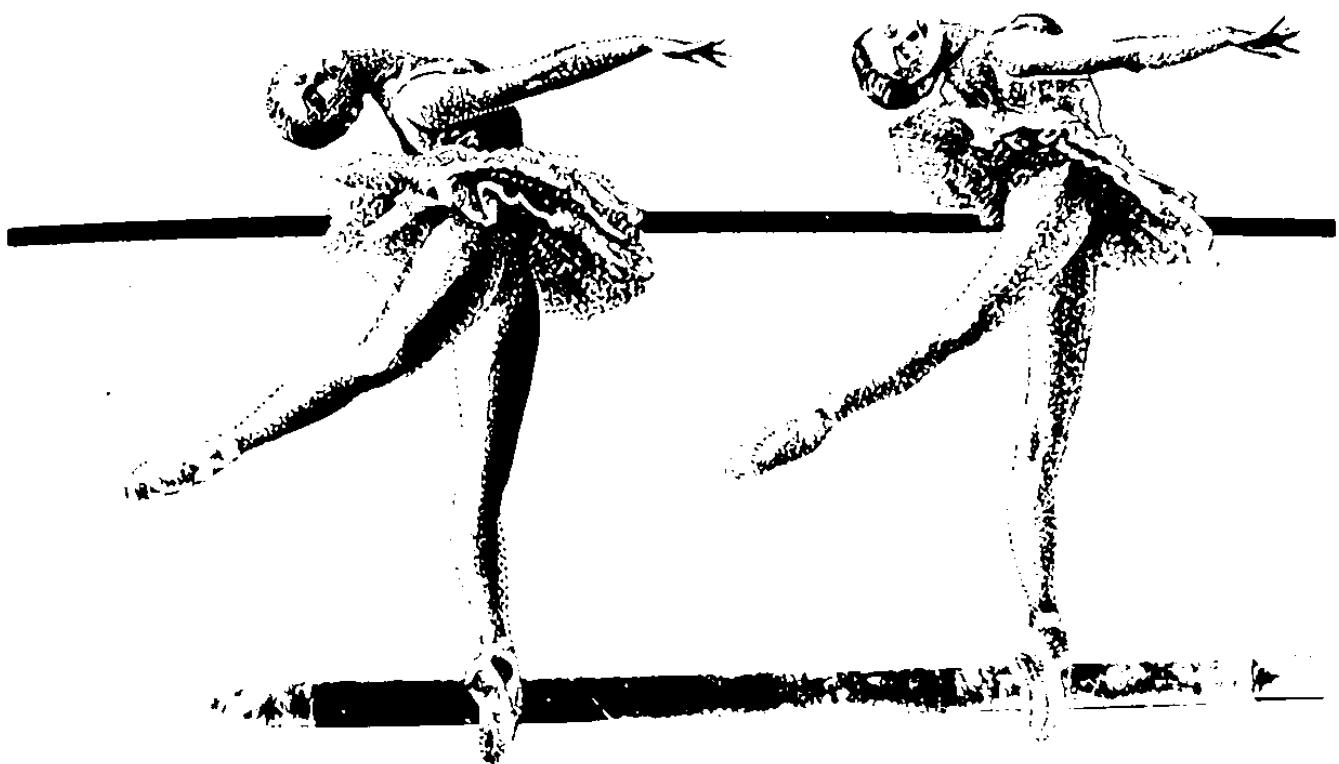
ВОСЬМОЕ УПРАЖНЕНИЕ

| | | | |
|-----|-----|--|-----------|
| 8 | 2/4 | IV П pointe tendue croisé вперед (движение по диагонали 6—2) | П—I, Л—II |
| 1 | 2 Л | 2 раза pirouette-piqué en dd на П | |
| 2 | 2 Л | 2 chainés | |
| 3—8 | Л | pirouette-piqué en dd на П повторить 3 раза комбинацию 1—2-го тактов закончить 1-й arb à terre на П в т. 2 | P—1-й arb |

ДЕВЯТОЕ УПРАЖНЕНИЕ

| | | | |
|-----|-----|--|-----------|
| 8 | 2/4 | IV Л впереди en face | P—3-й arb |
| 1—8 | | 16 tours fouettés, закончить в IV в т. 2 | P—II |

УРОКИ КЛАССИЧЕСКОГО ТАНЦА
II КУРСА



ПЕРВЫЙ УРОК

ЭКЗЕРСИС У СТАНКА

PLIÉ

| 80 | 3/4 | I позиция | П—Пп |
|----------|-----|---|---------------------|
| 1—2 | | | П—I—II |
| 1—4 | | I demi-plié | П—Пп—I |
| 1—4 | | demi-plié | П—II |
| 1—4 | | grand plié | П—Пп—I—II |
| 1—3 | | grand plié | П—Пп—I—III |
| 4 | | П dégagé à terre в сторону, II | П—II |
| 1—4 | | II demi-plié | П—Пп—I |
| 1—4 | | demi-plié | П—II |
| 1—4 | | grand plié | П—Пп—I—II |
| 1—3 | | grand plié | П—Пп—I—III |
| 4 | | П demi-rond de jambe par terre en dd, IV | П—II |
| 1—4 | | IV demi-plié | П—Пп—I |
| 1—4 | | demi-plié | П—II |
| 1—4 | | grand plié | П—Пп—I—II |
| 1—3 | | grand plié | П—Пп—I—III |
| 4 | | П закрыть в V | П—II |
| 1—4 | | V demi-plié | П—Пп—I |
| 1—4 | | demi-plié | П—II |
| 1—4 | | grand plié | П—Пп—I—II |
| 1—3 | | grand plié | П—Пп—I—III |
| 4 | | relevé | П—II |
| 1—7 8 | | 3 port de bras на полупальцах demi-détourné, закончить в V Л впереди | П на палке, Л—II |
| 1—4 | | V demi-plié | Л—Пп—I |
| 1—4 | | demi-plié | Л—II |
| 1—4 | | grand plié | Л—Пп—I—II |
| 1—3 | | grand plié | Л—Пп—I—III |

| | | | |
|-----|---|--|---------------------|
| 4 | relevé | | Л—III |
| 1—7 | 3 port de bras обратное на полупальцах demi-détourné, закончить в V П впереди | | |
| 8 | | | Л на палке, П—II |

BATTEMENT TENDU

| | | | |
|-----|-----|--|--------------------------|
| 16 | 2/4 | V П впереди | П—Пп |
| 1 | | | |
| 1—4 | 7 ↘ | П 7 eff вперед, закончить на plié Л dégagé à terre назад, П вытянуть | П—I—III П—III allongé |
| 1—4 | 7 ↗ | Л 7 eff назад, закончить на plié П dégagé à terre écarté назад, Л вытянуть | П—III |
| 1—4 | 7 ↘ | П 7 écarté назад, меняя V (назад, вперед ...), закончить на plié détourné, закончить в V П впереди | П—II П—I—II |
| 1—4 | 8 ↗ | П 8 в сторону по I, закончить в V вперед | П—Пп—I—II |

BATTEMENT JETÉ

| | | | |
|-----|-----|---|------|
| 16 | 2/4 | | |
| 1 | 2 ↘ | П 2 вперед | |
| 2 | 3 ↗ | 3 вперед dégradé 45° вперед — demi-rond de jambe en dh | П—II |
| 3 | 2 ↘ | 2 в сторону в V (вперед, назад) | |
| 4 | 3 ↗ | 3 в сторону, меняя V dégradé 45° в сторону — demi-rond de jambe en dh | |
| 1—2 | 2 ↘ | 2 назад | |
| 2 | 3 ↗ | 3 назад dégradé 45° назад | |
| 3—4 | 6 ↗ | 6 jetés balancoirs, закончить в V П сзади пауза | |
| 1—8 | | Повторить всю комбинацию в обратном на- правлении | |

ROND DE JAMBÉ PAR TERRE

| | | | |
|---------------|-----|--|---------------------------|
| 56 | 3 4 | I позиция | П—Пп |
| 1—2 | | préparation en dh | П—I—I |
| 1—3 4 | | 3 ronds en dh, закончить pointe tendue вперед на plié demi-rond de jambe par terre en dh en tournant 1/2 поворота, закончить П pointe tendue в сторону, Л вытянуть | П—I П на палке, Л—I |
| 1—3 4 | | П 3 ronds en dh, закончить pointe tendue вперед на plié demi-rond de jambe par terre en dh en tournant 1/2 поворота, закончить П pointe tendue в сторону, Л вытянуть | Л на палке, П—I |
| 1—3 4 | | 3 ronds en dh, закончить pointe tendue вперед на plié rond de jambe par terre en dh en tournant целый поворот, закончить П pointe tendue вперед, Л вытянуть | П—I Л на палке, П—I |
| 1 2—3 4 | | 3 ronds en dh 2 grands ronds de jambe jetés en dh закончить П pointe tendue вперед | |
| 1—16 | | Повторить всю комбинацию в обратном на- правлении, закончить V Л впереди | |
| 1 2 3—4 | | Л développé вперед пауза корпус наклонить вперед | П—Пп—I—I П—I |
| 1—2 3 4 | | корпус перегнуть назад корпус выпрямить Л опустить в V вперед | П—I П—Пп |
| 1—2 3—4 | | П développé назад пауза | П—I—I |
| 1—2 3—4 | | корпус наклонить вперед корпус выпрямить | П—I П—I |
| 1—2 3—4 | | корпус перегнуть назад корпус выпрямить | П—I |
| 1—4 | | П опустить в V назад | П—Пп |

BATTEMENT FONDU

| 32 | 3/4 | V П впереди | П—Пп |
|---------------|-----|--|--------------------------|
| 1—2 | | | |
| 1—2 3 4 | | П bt fondu вперед Л plié, 1 pirouette en dh закончить П вперед 45° пауза на полупальцах | П—I—II |
| 1—2 3 4 | | Л bt fondu назад П plié, 1 pirouette en dd, закончить П назад 45° пауза на полупальцах | Р—I скрещены на груди |
| 1—2 | | П bt double fondu в сторону | П—I—II |
| 3—4 | | Л plié, 2 pirouettes en dh, закончить в сторону 45° | Л на палке |
| 1—4 | | П 4 bt fondus вперед, в сторону, назад, в сторону | |
| 1—16 | | Повторить всю комбинацию в обратном на- правлении | |

BATTEMENT FRAPPÉ

| 8 | 2/4 | | |
|-----|-----|--|------|
| 1—2 | 7 Л | 7 в сторону П опустить в V вперед, на plié | П—II |
| 3 | Л | 1 pirouette en dh, закончить в сторону 45° | П—I |
| 4 | | 3 bt frappés в сторону | П—II |
| 1—4 | | Повторить всю комбинацию в обратном на- правлении | |

ROND DE JAMBE EN L'AIR

| 32 | 3/4 | V П впереди | П—Пп |
|--------|-----|---|-------------|
| 1—2 | | | |
| 1 2 | | П développé вперед на полупальцах demi-rond de jambe en dh | П—I П—II |

| | | |
|------|---|--------|
| 3 | rond de jambe en l' air en dh на 90° | |
| 4 | П passé, опустить в V назад, опуститься на целую стопу | П—Пп |
| 1 | П développé назад на полупальцах | П—I |
| 2 | demi-rond de jambe en dd | П—II |
| 3 | rond de jambe en l'air en dh на 90° | |
| 4 | П passé, опустить в V вперед, опуститься на целую стопу | П—Пп |
| 1 | П dégagé 90° в сторону на полупальцах | П—I—II |
| 2—3 | 2 doubles ronds de jambe en l'air en dh | |
| 4 | П passé, опустить в V вперед, опуститься на целую стопу | П—Пп |
| 1 | П dégagé 90° в сторону на полупальцах | П—I—II |
| 2—3 | 2 doubles ronds de jambe en l'air en dh | |
| 4 | П passé, опустить в V назад, опуститься на целую стопу | П—Пп |
| 1—16 | Повторить всю комбинацию в обратном направлении | |

ADAGIO

| | | | |
|-----------------|-----|--|---------------------|
| 32 ¹ | 3/4 | V П впереди | П—Пп |
| 1—2 | | | |
| 1—2 | | П développé вперед на полупальцах | П—I—III |
| 3 | | корпус перегнуть назад | |
| 4 | | корпус выпрямляя, П passé | П—II |
| | | П опустить в V вперед, опуститься на целую стопу | П—Пп |
| 1—2 | | Л développé назад на полупальцах | П—I—II |
| 3 | | корпус наклонить вперед | |
| 4 | | корпус выпрямляя, Л passé | |
| | | Л опустить в V назад, опуститься на целую стопу | П—Пп |
| 1—2 | | П développé в сторону на полупальцах | П—I—II |
| 3 | | П passé, П опустить в V вперед | |
| 4 | | demi-détourné, закончить в V Л впереди | П на палке, Л—Пп |
| | | опуститься на целую стопу | |
| 1—2 | | Л développé в сторону на полупальцах | Л—I—II |

С 1-го по 16 такт battement développé ballonné.

| | | |
|-----|---|--------------------------------|
| 3 | Л passé, Л опустить в V вперед demi-détourné, закончить в V П впереди опуститься на целую стопу | Л на палке, П—Пп |
| 1—2 | П développé вперед на полупальцах tombé, Л назад 90° пауза | П—I—III П—I—III allongé |
| 1 | Л через I grand fouetté relevé закончить Л назад 90° пауза | Л—I—III allongé, П на палке |
| 2 | Л П plié | |
| 3 | Л через I grand fouetté relevé закончить Л назад 90° | П—I—III allongé, Л на палке |
| 4 | Л П plié | |
| 1—2 | 2 pirouettes en dd закончить Л вперед 90° пауза | Р—I—III П—I—III |
| 3 | | |
| 4 | | |
| 1 | корпус перегнуть назад корпус выпрямить Л опустить в V вперед, опуститься на целую стопу | |
| 2 | | |
| 3 | | |
| 4 | Л шаг вперед, П pointe tendue назад | П—I—III allongé |

BATTEMENT DOUBLE FRAPPÉ

| | | | |
|-----|-----|---|-----------------------------|
| 16 | 2/4 | V П впереди | П—Пп |
| 1 | Л | | |
| | Л | П dégagé 45° в сторону на полупальцах | П—I П—II |
| 1 | Л | П croisé вперед, закончить pointe tendue | |
| 2 | 3 Л | Л relevé, П в сторону 45° с поворотом en face П 3 bt doubles frappés в сторону на полу- пальцах | П—Пп—I—I—III П—II |
| 3 | Л | П croisé назад, закончить pointe tendue | |
| 4 | 3 Л | Л relevé, П в сторону 45° с поворотом en face П 3 bt doubles frappés в сторону на полу- пальцах | П—Пп—I—I—III П—II |
| 1—2 | | П 8 petits bt | |
| 3 | | Л plié, П sur le cou-de-pied впереди с temps relevé 2 pirouettes en dh закончить в сторону 45° | П—Пп—I—I—III П—I П—II |

| | | | |
|-----|--|---|---------------|
| 4 | | П bt battus eff вперед, закончить П в сторону 45° с поворотом en face | П—Пп—I П—I |
| 1—8 | | Повторить всю комбинацию в обратном направлении | |

GRAND BATTEMENT

| | | | |
|-----|-----|--|---------|
| 16 | 3/4 | V П впереди | П—Пп |
| 1—2 | | | П—I—I |
| 1—2 | | П 2 вперед | |
| 3 | | 3-й вперед с demi-rond de jambe en dh | |
| 4 | | П опустить в V вперед пауза | |
| 1—2 | | 2 в сторону, меняя V | |
| 3 | | 3-й в сторону с demi-rond de jambe en dh | |
| 4 | | П опустить в V назад пауза | |
| 1—4 | | П 4 grands bt назад, в сторону, вперед, в сторону, закончить в V П сзади | |
| 1 | | П grand bt назад с grand rond de jambe en dd | П—I—I—I |
| 2 | | П опустить в V вперед пауза | |
| 3 | | П grand bt вперед с grand rond de jambe en dh | |
| 4 | | П опустить в V назад пауза | |

ЭКЗЕРСИС НА СЕРЕДИНЕ ЗАЛА

МАЛЕНЬКОЕ ADAGIO

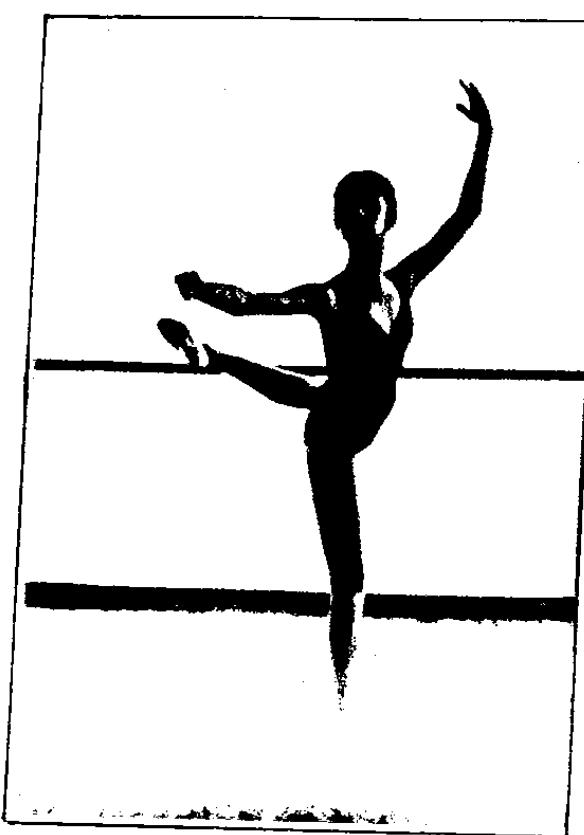
| | | | |
|-----|-----|------------------------------------|-------------------|
| 32 | 3/4 | П впереди croisé | Р—Пп |
| 1—2 | J | plié | Р—I П—I, Л—I—I |
| 1—2 | | 2 pirouettes en dh, закончить | Р—I |
| 3 | | П croisé вперед 90° на plié | |
| 4 | 2 J | П piqué в att croisé | Л—I—I—I, П—I—I |
| | J | Л опустить в V назад | Р—I—I |
| | | en face V plié | П—I, Л—I—I |

| | | |
|------|--|-----------------|
| 1—2 | 2 pirouettes en dh, закончить en face П в сторону 90° на plié П piqué, Л dégagé 90° в сторону пауза | P—I—II |
| 1—2 | Л demi-rond de jambe en dh до att croisé | Л—I—III, П—I—II |
| 3—4 | renversé en dh, закончить в IV Л впереди croisé—préparation к tour en dh | P—3-й arb |
| 1—2 | 2 tours en dh на П в позе Л впереди 90° до eff | P—I—III, Л—I—II |
| 3 | grand rond de jambe до 3-го arb на полу- пальцах, закончить на plié | P—3-й arb |
| 4 | Л опустить в V назад, колени вытянуть | P—Пн |
| 1—16 | Повторить всю комбинацию в обратном на- правлении | |

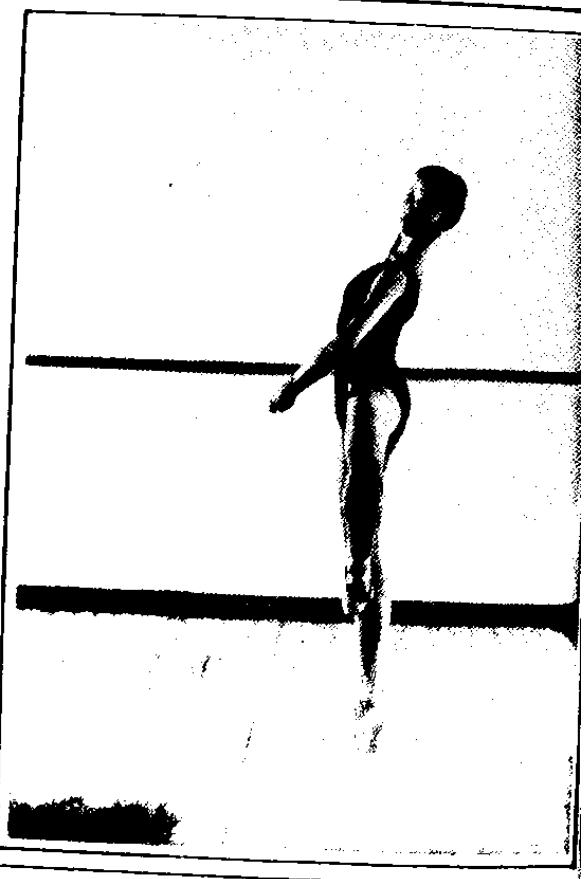
BATTEMENT TENDU

| | | | |
|-----|--|--------------------|------------------|
| 16 | 2/4 | V П впереди croisé | P—Пн |
| 1 | — — plié | | P—I; П—I, Л—I—II |
| 1 | 2 pirouettes en dh, закончить П pointe tendue eff вперед | | Л—I—III, П—I—II |
| 2—3 | 4 — П 4 bt tendus eff вперед | | |
| 4 | 3 — П 3 bt jetés eff вперед закончить на plié | | P—I, Л—I—II |
| 1 | 2 pirouettes en dd на П, закончить 1-й arb à terre на П в т. 2 | | P—1-й arb |
| 2—3 | 4 — Л 4 bt tendus eff назад | | |
| 4 | 3 — Л 3 bt jetés eff назад, закончить en face на plié | | P—I, Л—I—II |
| 1 | 2 pirouettes en dh, закончить en face, П pointe tendue в сторону | | P—I—II |
| 2—3 | 4 — П 4 bt tendus в сторону, меняя V (вперед, назад...) | | |
| 4 | 3 — П 3 bt jetés в сторону, меняя V — П dégagé 45° в сторону | | |
| 1 | flic-flac en tournant en dh в IV П впереди croisé | | П—I, Л—I—II |
| 2 | 2 pirouettes en dd в IV в т. 2 | | P—3-й arb |

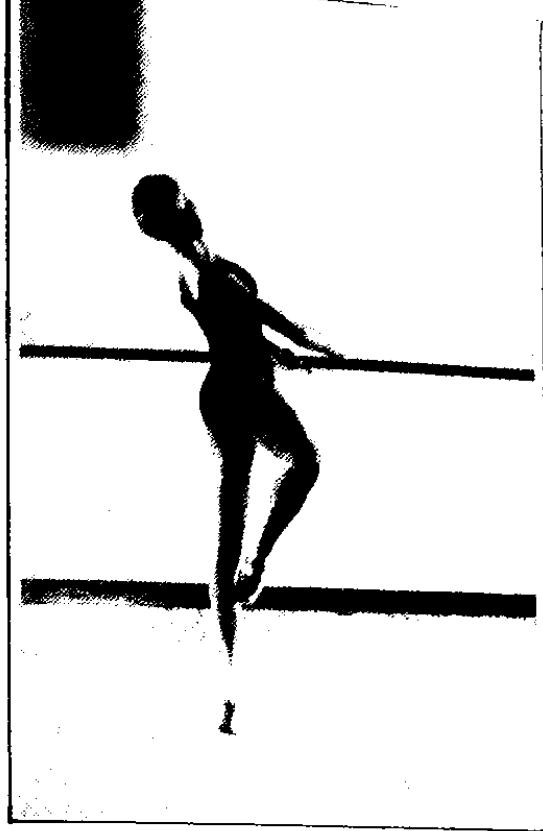
54 55



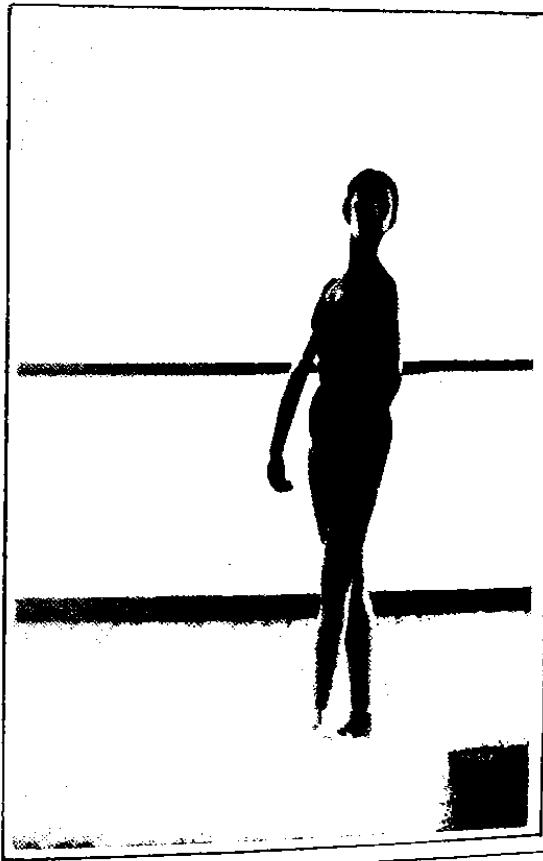
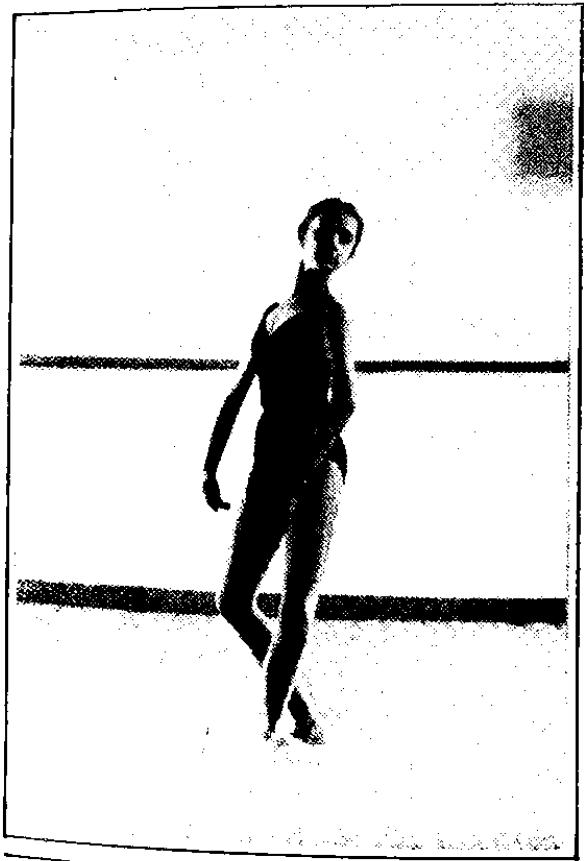
56



54—60. Renversé en dehors



57 58



59 60

croisé на plié
détourné, закончить в V П впереди croisé

Р—Пп
Р—I—III

BATTEMENT FONDU

| | | | |
|------|-----|--|---------------------|
| 32 | 3/4 | V П впереди croisé | Р—Пп |
| 1—2 | | | |
| 1—2 | | П bt fondu croisé вперед | Р—I; Л—III, П—II |
| 3—4 | | Л bt fondu croisé назад | Р—I—3-й arb |
| 1—2 | | en face П с grand temps relevé tour en dh в att до croisé | П—I, Л—II |
| 3—4 | | П bt fondu écarté назад | П—III, Л—II |
| 1—8 | | Повторить комбинацию с другой ноги | |
| 1—16 | | Повторить всю комбинацию в обратном на- правлении | |

ВРАЩЕНИЕ

| | | | |
|-----|-----|---|----------------|
| 16 | 2/4 | V П впереди croisé | Р—Пп |
| 1 | | préparation в IV в т. 2 к pirouette en dh | Р—3-й arb |
| 1 | | 2 pirouettes en dh в IV в т. 2 | Р—I—3-й arb |
| 2 | | пауза | Л—I, П—II |
| 3 | | 2 pirouettes en dd в IV в т. 8 | Р—3-й arb |
| 4 | | пауза | |
| 1 | | 2 pirouettes en dh в IV в т. 8 | Р—I—3-й arb |
| 2 | | пауза | П—I, Л—II |
| 3 | | 2 pirouettes en dd в V Л впереди | |
| 4 | | croisé на plié | Р—I—Пп |
| | | en face Л dégagé à terre вперед, П вытянуть | Л—I, П—II |
| 1—2 | | chainés в т. 7, закончить | Р—Пп |
| | | en face V П впереди на plié | Р—I; П—I, Л—II |
| | | relevé | |
| 3—4 | | chainés в т. 3, закончить | Р—Пп |
| | | en face V Л впереди на plié | Р—I; Л—I, П—II |
| | | relevé | |

| | | |
|-----|---|-----------|
| 1—4 | Повторить комбинацию 1—4-го тактов (chainés) в т. 7 и т. 3, закончить во 2-й arb à terre на П в т. 2 | P—2-й arb |
|-----|---|-----------|

БОЛЬШОЕ ADAGIO

| | | | |
|-----|-----|--|--------------------------|
| 32 | 3/4 | V П впереди croisé | P—Пн |
| 1—2 | | Л шаг вперед в т. 6 во 2-й arb à terre | P—2-й arb |
| 1 | | с поворотом направо П piqué вперед в т. 2 с поворотом корпуса в т. 4, Л développé écarté вперед tombé | P—I Л—III, П—II |
| 2 | | с поворотом направо в т. 6 П через I во 2-й arb на plié | P—2-й arb |
| 3 | 2 | Л en face pas de bourrée en dh, закончить П tombé вперед в т. 2 | P—I |
| 4 | — | 2 tours en dd в att до eff | П—I, Л—II Л—III, П—II |
| 1—2 | | tour lent en dd на полупальцах закончить в 3-й arb в т. 8 | P—3-й arb |
| 3—4 | | renversé en dh, закончить IV Л впереди croisé—préparation к tour en dd | Л—I, П—II |
| 1—4 | | tour en dd в 1-й arb до т. 8 Л plié, 1 pirouette en dd, закончить в 1-й arb на plié в т. 8 | P—1-й arb |
| 1—2 | | pas de bourrée en dh в V П впереди croisé на plié | P—Пн |
| 3—4 | | П dégagé à terre вперед, plié по IV перейти на П, Л pointe tendue croisé назад | P—I Л—III, П—II |
| 1—4 | | 6-e port de bras, не заканчивая, перейти в IV — préparation к tour en dd | П—I, Л—II |
| 1—2 | | 2 tours en dd в à la seconde | P—III |
| 3 | | Л piqué, П dégagé 90° в сторону | P—III |
| 4 | | пауза | P—II |
| 1—4 | | П tombé, renversé en dh, закончить в V Л впереди croisé на полупальцах | П—III, Л—II P—III |
| 1—4 | | Л tombé вперед в т. 8 2 tours en dd в 1-й arb до т. 8, закончить на plié soutenu en tournant en dd в V Л впереди croisé на полупальцах | P—1-й arb P—I—III |

GRAND BATTEMENT

| | | | |
|-----|-----|---|-----------------------|
| 16 | 3/4 | V Л впереди croisé | P—Пп |
| 1—2 | | | |
| 1—2 | | Л шаг-coupé вперед в т. 2 pas de ciseaux в 1-й arb на П | P—I |
| 3—4 | | pas de bourrée en dh в V Л впереди croisé | P—III—1-й arb P—Пп |
| 1—2 | | Л 2 grands bt eff вперед | P—I; П—III, Л—II |
| 3—4 | | П 2 grands bt eff назад, закончить в V П впереди croisé | P—I—1-й arb |
| 1—4 | | en face 4 grands bt в сторону (Л, П, Л, П), меняя V | P—II |
| 1 | | Л grand bt в сторону с demi-rond de jambé en dd, закончить в V вперед croisé | P—III, Л—II |
| 2 | | пауза | |
| 3 | | en face П grand bt в сторону с demi-rond de jambe en dd, закончить в V вперед croisé | P—II |
| 4 | | пауза | Л—III, П—II |

ALLEGRO

ПЕРВОЕ УПРАЖНЕНИЕ

| | | | |
|-----|-----|---|-----------|
| 16 | 2/4 | V Л впереди croisé | P—Пп |
| 1 | 1 | П glissade в сторону, не меняя V | P—I |
| | 1 | П jeté battu в сторону, Л sur le cou-de-pied сзади | П—I, Л—II |
| 2 | 1 | Л coupé сзади | |
| | 1 | П ballonné battu в сторону, закончить sur le cou-de-pied сзади | Л—I, П—II |
| 3—4 | 3 | 3 assemblés battus в сторону в V вперед (П, Л, П) entrechat-quatre | P—Пп |
| 1—4 | | Повторить комбинацию с Л ноги | |
| 1—8 | | Повторить всю комбинацию в обратном на- правлении | |

ВТОРОЕ УПРАЖНЕНИЕ

| | | | |
|-----|-----|--|-------------------------------|
| 16 | 3/4 | V П впереди croisé | |
| 1—4 | | grand temps lie sauté en tournant en dh вперед в т. 8, в сторону в т. 3 закончить V Л впереди croisé | P—Пп |
| 1—2 | | П glissade в сторону, не меняя V П grand jeté passé в сторону закончить в att croisé | |
| 3 | | Л assemblé назад | |
| 4 | | grand sissonne ouverte en tournant en dh в 3-й arb на Л в т. 2 | |
| 1—2 | | П glissade в сторону, не меняя V П cabriole fermée écarté вперед закончить в V П впереди croisé | P—I—II П—I, Л—II |
| 3—4 | | Л glissade в сторону, не меняя V Л cabriole fermée écarté вперед закончить в V Л впереди croisé | P—I—II Л—I, П—II |
| 1—2 | | П glissade в сторону, не меняя V П grand jeté passé в сторону закончить Л eff вперед | P—I П—III, Л—II |
| 3—4 | | Л sissonne tombé eff вперед pas de bournée в т. 8 закончить в 4-й arb à terre на П | Л—I, П—II P—I P—4-й arb |

ТРЕТЬЕ УПРАЖНЕНИЕ

| | | | |
|-----|-----|--|----------------------------|
| 16 | 3/4 | V П впереди croisé (движение по диагонали 6—2) | P—Пп |
| 1—2 | | П sissonne tombé eff вперед pas de bournée в т. 2 | P—I, П—III, Л—II P—I |
| 3—6 | | П double rond de jambe en l'air en dh на 90° sauté écarté вперед повторить 2 раза комбинацию 1—2-го тактов | П—III, Л—II |
| 7 | | П glissade на полупальцах вперед в т. 2 в | P—I |
| 8 | | V Л впереди croisé en face Л chassé в сторону в т. 7а | P—II allongé |
| 1 | | saut de basque на П | P—I—III |
| 2 | | en face Л chassé в сторону в т. 7а | P—II allongé |
| 3 | | saut de basque на П | P—I—III |

| | | |
|-----|---|--------------|
| 4 | en face Л chassé в сторону в т. 7а | P—II allongé |
| 5—6 | saut de basque на П | P—I—III |
| 7—8 | chainés в т. 8, закончить 2-й arb à terre на Л | P—2-й arb |

ЧЕТВЕРТОЕ УПРАЖНЕНИЕ

| | | | |
|--------|-----|--|--------------|
| 16 | 3/4 | 1-й arb à terre на П в т. 2 (движение по диагонали 2—6) | |
| 1 2 | | Л chassé в сторону в т. 6 | P—II allongé |
| 1—2 | | jeté entrelacé в 1-й arb на П в т. 2, Л chassé в сторону в т. 6 | P—I—1-й arb |
| 3—6 | | повторить 2 раза комбинацию 1—2-го тактов | P—II allongé |
| 7—8 | | Л шаг в сторону в т. 6, П pointe tendue croisé вперед | П—I, Л—II |
| 1—6 | | 6 grands jetés en tournant в 1-й arb на П в т. 2 | |
| 7—8 | | chainés в т. 2, закончить 2-й arb à terre на П | P—2-й arb |

ПЯТОЕ УПРАЖНЕНИЕ

| | | | |
|---------------|-----|---|--|
| 16 | 3/4 | V П впереди croisé | P—Пп |
| 1—4 | | П sissonne tombé eff вперед pas de bourrée в т. 2а П glissade вперед grand jeté в att eff на П | Л—I, П—III P—II P—I Л—III, П—II |
| 1—4 | | Повторить комбинацию 1—4-го тактов с другой ноги | |
| 1—4 | | П sissonne tombé eff вперед pas de bourrée в т. 2а П glissade вперед grand jeté pas de chat | П—III, Л—I P—II P—I П—III, Л—I allongé |
| | | П glissade на полупальцах в сторону в V Л впереди croisé | P—I Л—I, П—II |
| 1 2 3—4 | | tour sissonne tombé в т. 8 повторить tour 2 chainés в т. 8, закончить 2-й arb à terre на Л | P—2-й arb |

ШЕСТОЕ УПРАЖНЕНИЕ

| | | | |
|-----|-----|--|------------------------|
| 32 | 3/4 | IV Л pointe tendue croisé вперед | P-II занижена |
| 1—2 | | П glissade вперед П grand cabriole eff вперед на Л П шаг вперед в т. 2 | P-I Л-III, П-II |
| 3 | | Л rique в 3-й arb в т. 2 | P-I |
| 4 | | Л plié, П sur le cou-de-pied сзади | P-3-й arb П-I, Л-II |
| 5—6 | | П sissonne tombé croisé назад Л coupé сзади | P-I |
| 7 | | grand jeté en tournant à att croisé на П | Л-III, П-II |
| 8 | | П relevé plié | P-II |
| 1—8 | | Повторить комбинацию 1—8-го тактов с другой ноги | |
| 1—2 | | en face pas de bourrée suivi в сторону в т. 7 по V Л впереди | P-I |
| | | Л sissonne ouverte petit développé в сторону | Л-III, П-I allongé |
| 3—6 | | повторить комбинацию 1—2-го тактов pas de bourrée suivi, sissonne ouverte в т. 3 и в т. 7 | |
| 7 | | Л assemblé в V сзади | P-Пп |
| 8 | | relevé V П впереди croisé | П-I, Л-II |
| 1—4 | | 4 раза tour sissonne tombé в т. 2 | |
| 1—4 | | chaînés в т. 2, закончить 2-й arb à terre на П | P-2-й arb |

СЕДЬМОЕ УПРАЖНЕНИЕ

| | | | |
|-----|-----|---|-------------------|
| 8 | 2/4 | V Л впереди croisé | P-Пп |
| 1 | | П glissade в сторону, не меняя V П jeté battu в сторону, Л sur le cou-de-pied сзади | P-II П-I, Л-II |
| 2 | | Л coupé сзади | P-I |
| 3 | | П cabriole eff вперед на Л | Л-I, П-II |
| 4 | | П шаг-coupé вперед в т. 4 Л ballonné battu в сторону, закончить sur le cou-de-pied сзади с поворотом направо в т. 8 | |
| | | Л coupé сзади | П-I, Л-II |
| | | П cabriole fermée croisé вперед | P-allongé |
| 1—4 | | Повторить всю комбинацию с другой ноги | |

ЭКЗЕРСИС НА ПАЛЬЦАХ

ПЕРВОЕ УПРАЖНЕНИЕ

| | | | |
|-----|-----|---|-------------------------------------|
| 8 | 2 4 | V П впереди croisé | Р—Пп |
| 1—2 | 4 | 4 échappés на II, меняя V, en tournant en dh в т. 3, 5, 7, 1 закончить V П впереди | Р—Нзанижена allongé П—I, Л—II |
| 3 | J | 1 pirouette en dh на Л в V П сзади croisé Л sissonne ouverte eff вперед | Л—I, П—II |
| 4 | J | J tombé вперед relevé в 1-й arb в т. 8 П опустить в V вперед croisé на plié détourné, закончить в V Л впереди croisé | Р—1-й arb Р—Пп Р—I—Пп |
| 1—4 | | Повторить всю комбинацию с другой ноги | |

ВТОРОЕ УПРАЖНЕНИЕ

| | | | |
|-----|-----|---|------------------------------|
| 16 | 3 4 | V П впереди croisé | Р—Пп |
| 1 | J | en face échappé на II plié по II | Р—I—II |
| 2 | | relevé в 1-й arb на П в т. 2 | Р—1-й arb |
| 3 | | П relevé, Л développé croisé вперед | Р—I; П—III Л—II |
| 4 | | Л опустить в V вперед на plié relevé | Р—II—Пп |
| 1 | J | en face échappé на II plié по II | Р—I—II |
| 2 | | Л relevé, П développé eff вперед | Р—I, Л—III, П—II |
| 3 | | Л relevé, П passé développé в 3-й arb П опустить в V назад на plié | Р—I—3-й arb Р—Пп |
| 4 | | relevé | |
| 1 | J | en face Л grand sissonne ouverte développé в сторону, plié | Р—I—II |
| 2 | 2 J | louetté relevé в att eff | Л—III, П—II |
| 3—4 | J | П plié, Л petit développé croisé вперед pas de bourrée suivi вперед в т. 2 | Р—I П—III, Л—I allongé |
| | | закончить Л plié, П sur le cou-de-pied сзади croisé | Л—I, П—II |

| | | |
|-----|---|-----------|
| 1—2 | pas de bourrée en tournant в IV П впереди croisé | P—I, Л—II |
| 3 | 2 pirouettes en dd в V Л впереди croisé на plié | P—III |
| 4 | relevé | |

ТРЕТЬЕ УПРАЖНЕНИЕ

| | | | |
|-----|-----|--|--------------------|
| 16 | 3/4 | 2-й arb à terre на П в т. 2 | P—2-й arb |
| 1 | | balancé на Л с поворотом корпуса в т. 8 | P—I, Л—II |
| 2 | | П piqué в 1-й arb в т. 2 | P—1-й arb |
| 3 | | balancé на Л с поворотом корпуса в т. 8 | P—I, Л—II |
| 4 | | П piqué вперед в т. 2, Л développé croisé вперед | P—I P—III, Л—II |
| 1 | | Л опустить в V вперед на пальцах détourné, закончить в V П впереди croisé | P—III |
| 2 | | П petit développé croisé вперед | |
| 3 | | П tombé в IV — préparation к tour en dd | |
| 4 | | tour en dd в 1-й arb повторить tour, закончить на plié в т. 2 | Л—II, П—I |
| 1 | | pas de bourrée en dh в IV Л впереди croisé—préparation к tour en dd | P—1-й arb |
| 2 | | | P—Пп—I |
| 3—4 | | | Л—I, П—II |
| 1 | | tour en dd в à la seconde на Л закончить на plié | P—III |
| 2 | | soutenu en tournant en dd в V Л впереди croisé | P—II |
| 3 | | Л шаг вперед в т. 8 во 2-й arb à terre | P—I—III |
| 4 | | | P—2-й arb |

ЧЕТВЕРТОЕ УПРАЖНЕНИЕ

| | | | |
|-----|-----|--|--------------------------|
| 16 | 3/4 | V П впереди croisé | P—Пп |
| 1 | J | en face П grand sissonne ouverte développé в сторону | P—I—II |
| 2 | J | Л plié | |
| 3—4 | J | Л relevé, П double rond de jambe en l'air en dh на 90°, закончить eff вперед tombé в 1-й arb | P—III, Л—II P—1-й arb |
| | | pas de bourrée en dh в V Л впереди croisé | P—Пп |
| 1 | J | en face Л grand sissonne ouverte développé в сторону | P—I—II |
| 2 | J | П plié | |
| | | П relevé, Л double rond de jambe en l'air en dd на 90°, закончить eff назад | |
| | | tombé, П eff вперед 90° | Л—III, П—II |

| | | | |
|------|-----|---|-------------------------------|
| 3—4 | | pas de bourrée en dd в V П впереди croisé | P—II—Пп |
| 1 | 2 J | en face П grand sissonne ouverte développé в сторону | P—I—II |
| | J | Л relevé, П écarté вперед | P—allongé |
| 2 | | grand fouetté en tournant en dd в 3-й arb на Л в т. 2 | P—3-й arb |
| 3 | | Л relevé в att croisé | П—III, Л—II |
| 4 | | П опустить в IV назад — préparation к tour en dh | P—3-й arb |
| 1 | | tour en dh в att на Л до croisé | P—III |
| 2 | | закончить на plié | P—II |
| 3 | | pas de bourrée en tournant в V П впереди croisé | P—Пп |
| 4 | | Л glissade на пальцах вперед в т. 8 в V П впереди croisé | P—I Л—III, П—II allongé |
| 1—16 | | Повторить всю комбинацию в обратном на- правлении | |

ПЯТОЕ УПРАЖНЕНИЕ

| | | | |
|-----|-----|---|-----------|
| 8 | 2 4 | IV П pointe tendue croisé вперед (движение по диагонали 6—2) | П—I, Л—II |
| 1—2 | 3 J | 3 раза pirouette-piqué en dd на П | |
| | J | П glissade на пальцах en tournant en dd | |
| 3—4 | 3 J | 3 раза pirouette en dh на Л, заканчивая V П впереди в т. 2 | |
| | J | 2 chainés | |
| 1—4 | | Повторить комбинацию 1—4-го тактов закончить 2-й arb à terre на П в т. 2 | P—2-й arb |

ШЕСТОЕ УПРАЖНЕНИЕ

| | | | |
|---|-----|--|-------------|
| 8 | 2 4 | V П впереди croisé | P—Пп |
| 1 | J | Л plié, П petit développé eff вперед | П—I, Л—II |
| 1 | J | П tombé, relevé во 2-й arb | P—2-й arb |
| | J | П relevé, Л passé développé eff вперед | Л—III, П—II |
| 2 | J | Л tombé, relevé во 2-й arb | P—2-й arb |
| | J | Л relevé, П passé développé eff вперед | П—III, Л—II |
| | | Л plié | |

| | | | |
|---|---|---|-------------|
| 3 | Л | П рикуэ на plié в att eff | Л—III, П—II |
| 3 | Л | 3 temps levés на пальцах en tournant en dd до т. 2 | |
| 4 | Л | П plié-relevé | P—I—II |
| | Л | Л опустить в V вперед croisé на plié relevé | занижена |

1—4 Повторить всю комбинацию с другой ноги

СЕДЬМОЕ УПРАЖНЕНИЕ

| | | | |
|-----|-----|--|-----------|
| 8 | 2/4 | IV Л впереди en face | P—3-й arb |
| 1—8 | | 16 tours fouettés, закончить в IV в т. 2 | P—II |

ВОСЬМОЕ УПРАЖНЕНИЕ

| | | | |
|-----|-----|--|-----------|
| 8 | 2/4 | IV П pointe tendue en face вперед (движение по кругу из т. 7а—8а) | П—I, Л—II |
| 1—7 | 14 | 14 pirouettes-piqués en dd на П | |
| 8 | 2 | chainés в т. 2, закончить 2-й arb à terre на П | P—2-й arb |

ВТОРОЙ УРОК

ЭКЗЕРСИС У СТАНКА

PLIÉ

| | | | |
|-----|-----|--|---------------|
| 64 | 3/4 | I позиция | П—Пп—I—II |
| 1—2 | | | П—I—II |
| 1—4 | | I grand plié | П—Пп—I—II |
| 1—4 | | grand plié, закончить relevé | П—Пп—I—III—II |
| 1—7 | | 3 port de bras на полупальцах | |
| 8 | | опуститься на целую стопу, П dégagé à terre в сторону, II | П—II |
| 1—4 | | II grand plié | П—Пп—I—II |
| 1—4 | | grand plié, закончить П pointé tendue | П—Пп—I—III—II |
| 1—4 | | корпус перегнуть в сторону налево | П—III |
| 1—3 | | корпус выпрямить | П—II |
| 4 | | П закрыть в V вперед | |

| | | |
|-----|--------------------------------------|-----------------------|
| 1—4 | V grand plié | П—Пп—I—II |
| 1—4 | grand plié | П—Пп—I—III—II |
| 1—2 | demi-plié, 1 pirouette en dh | П—I—II |
| 3—4 | П passé | |
| 1—2 | корпус перегнуть назад | |
| 3 | корпус выпрямить | |
| 4 | 1/2 pirouette en dd, закончить в | |
| | V П сзади, опуститься на целую стопу | Л—I—II, П на палке |
| 1—4 | V grand plié | Л—Пп—I—II |
| 1—4 | grand plié | Л—Пп—I—III—II |
| 1—2 | demi-plié, 1 pirouette en dh | Л—I—II |
| 3—4 | Л passé | |
| 1—2 | корпус перегнуть назад | |
| 3 | корпус выпрямить | |
| 4 | 1/2 pirouette en dd, закончить в | |
| | V Л сзади, опуститься на целую стопу | П—I—II, Л на палке |

BATTEMENT TENDU

| | | | |
|-----|-----|--|-----------------|
| 16 | 2/4 | V П впереди | П—Пп |
| 1 | | | |
| 1—3 | 6 J | П 6 вперед, закончить на plié | П—I—III |
| 4 | J | П glissade вперед | П—2-й arb |
| | J | Л dégagé à terre назад, П вытянуть | |
| 1—3 | 6 J | Л 6 назад, закончить на plié | |
| 4 | J | Л glissade назад | П—I |
| | J | П dégagé à terre в сторону, Л вытянуть | П—I—II |
| 1—3 | 6 J | П 6 в сторону, меняя V (вперед, назад...) закончить на plié в V П впереди | |
| 4 | J | П glissade в сторону, не меняя V | Л снять с палки |
| | J | Л dégagé à terre в сторону, П вытянуть | П—I, П—I—II |
| 1—3 | 6 J | Л 6 в сторону, меняя V (назад, вперед...) закончить на plié в V Л сзади | |
| 4 | J | Л glissade в сторону, не меняя V | Л на палке, П—I |
| | J | V П впереди, вытянуть колени | П—I—II |

BATTEMENT JETÉ

| | | | |
|-----|-----|---|-----------|
| 16 | 2/4 | | |
| 1 | | | |
| 1 | 3 ↗ | П 3 вперед Л dégagé 45° вперед | |
| 2 | 3 ↗ | 2 jetés balançoirs, закончить в V П впереди | |
| 3 | 3 ↗ | Л 3 назад Л dégagé 45° назад | П—2-й arb |
| 4 | | 2 jetés balançoirs, закончить в V Л сзади | |
| 1 | 3 ↗ | П 3 вперед | П—III |
| 2 | 3 ↗ | П 3 в сторону, меняя V Л dégagé 45° назад | П—I-II |
| 3—4 | | 6 jetés balançoirs, закончить в V П сзади | |
| 1—6 | | Повторить всю комбинацию 1—6-го тактов в обратном направлении | |
| 7—8 | | П 8 бт jetés в сторону по I, закончить в V П впереди | П—Пп—I-II |

ROND DE JAMBÉ PAR TERRE

| | | | |
|------|-----|--|-----------------|
| 48 | 3/4 | I позиция | П—Пп |
| 1—2 | | préparation en dh | П—I-II |
| 1—2 | | 2 ronds en dh | |
| 3—4 | | rond en dh, закончить grand бт вперед через passé développé назад | П—I-III П-II |
| 1 | | 3 ronds en dh | |
| 2—3 | | 2 grands ronds de jambe jetés, закончить | |
| 4 | | П pointe tendue вперед | |
| 1—8 | | Повторить комбинацию 1—8-го тактов | |
| 1—16 | | Повторить всю комбинацию в обратном направлении, закончить в V Л впереди | П—Пп |
| 1 | | Л développé вперед | |
| 2 | | пауза | П—I-II |
| 3—4 | | П plié, корпус наклонить вперед | П—I |
| 1—2 | | П вытянуть, корпус перегнуть назад | П—III |
| 3 | | корпус выпрямить | П—II |

| | | |
|---|---|-----------|
| 4 | Л опустить в V вперед | П—Пп |
| 1 | П développé назад | П—I—II |
| 2 | пауза | |
| 3 | Л глубокое plié (растяжка) во 2-й arb à terre | П—2-й arb |
| 4 | пауза | |
| 1 | Л чуть приподнявшись, сохраняя plié, П dégagé 90° во 2-й arb | |
| 2 | Л relevé в att | П—III |
| 3 | П passé | |
| 4 | П опустить в V назад | П—II—Пп |

BATTEMENT FONDU

| | | | |
|-----|-----|---|------------|
| 16 | 3/4 | V П впереди | П—Пп |
| 1—2 | | | |
| 1—2 | | П bt fondu вперед demi-rond de jambe en dh, закончить на plié tour fouetté en dh, закончить в сторону 45° на полупальцах | П—I—II |
| 3 | | | |
| 4 | | | |
| 1—2 | | П bt fondu eff вперед 90° | П—Пп—I—III |
| 3—4 | | П bt fondu eff назад 90° | П—2-й arb |
| 1—8 | | Повторить всю комбинацию в обратном на- правлении, закончить П опустить вперед 45° с поворотом en face | |

BATTEMENT FRAPPÉ

| | | | |
|-----|-----|--|--------|
| 8 | 2/4 | | |
| 1 | 2 ↓ | П 2 вперед | П—III |
| 2 | 3 ↓ | 3 вперед | |
| 3—4 | 7 ↓ | 7 в сторону | П—I—II |
| 1—4 | | Повторить всю комбинацию в обратном на- правлении | |

ROND DE JAMBE EN L'AIR

| | | | |
|-----|-----|--|---------|
| 16 | 2/4 | V П впереди | П—Пп |
| 1 | | préparation—temps relevé en dh | П—I—II |
| 1 | 3 | 3 ronds en dh, закончить на plié | |
| 2 | 1 | double rond de jambe en l'air en dh sauté | |
| 3—4 | 1 | Л relevé, П double ronds de jambe en l'air en dh повторить комбинацию 1—2-го тактов | |
| 1—2 | 3 | 3 doubles ronds de jambe en l'air en dh пауза | |
| 3 | 1 | Л plié, П sur le cou-de-pied впереди с temps relevé 2 pirouettes en dh закончить écarté назад 90° | П—I |
| 4 | 1 | double rond de jambe en l'air en dh на 90° П опустить в V назад на полупальцах détourné, закончить в V П впереди П dégagé 45° в сторону | П—I—III |
| 1—8 | | Повторить всю комбинацию в обратном на- правлении | |

ADAGIO

| | | | |
|-----|-----|--|----------------|
| 32 | 3/4 | V П впереди | П—Пп |
| 1—2 | | | |
| 1 | | П développé eff вперед на полупальцах | П—I—III |
| 2 | | пауза | |
| 3 | | Л plié | |
| 4 | | Л relévé, П demi-rond de jambe en dh до écarté назад | |
| 1 | | fouetté en dd, закончить П eff назад | |
| 2 | | пауза | |
| 3—4 | | П demi-rond de jambe en dd до écarté вперед с наклоном корпуса, закончить на plié | П—I—II |
| 1—2 | | 2 tours tire-bouchon en dd, закончить | |
| 3—4 | | П att вперед | П—I—III |
| | | Л plié, корпус наклонить вперед | П—I |
| 1—3 | | Л relevé, П grand rond de jambe до 2-го arb | П—I—II—2-й arb |
| 4 | | П опустить в V назад, опуститься на целую стопу | П—Пп |

1—16

Повторить всю комбинацию в обратном направлении

BATTEMENT DOUBLE FRAPPÉ

| | | | |
|-----|-----|--|---------------------|
| 16 | 2 4 | V П впереди | П—Пп |
| 1 | — | П dégagé 45° в сторону на полупальцах | П—I П—II |
| 1 | — | вперед' | П—I—III |
| 1 | — | назад | П—2-й arb |
| 2 | 3 — | З в сторону на полупальцах | П—II |
| 3 | — | назад | П—2-й arb |
| 4 | 3 — | вперед | П—I—III |
| 4 | 3 — | З в сторону на полупальцах | П—I—II |
| 1—2 | | 8 petits bt | П—Пп—I—II |
| 3 | | Л plié, П sur le cou-de-pied впереди с temps relevé 2 pirouettes en dh закончить в сторону 45° | П—I |
| 4 | | П bt battus eff вперед, закончить в сторону 45° с поворотом en face | П—II П—I П—II |
| 1—8 | | Повторить всю комбинацию в обратном направлении | |

GRAND BATTEMENT

| | | | |
|-----|-----|----------------------------------|--------|
| 16 | 3/4 | V П впереди | П—Пп |
| 1—2 | | | П—I—II |
| 1—3 | | 3 вперед | |
| 4 | | пауза | |
| 1—3 | | 3 в сторону, меняя V | |
| 4 | | пауза | |
| 1—2 | | 2 назад | |
| 3 | | 3-й через 1 pointe tendue вперед | |
| 4 | | пауза | П—Пп—I |

'Bt double frappé исполняется с relevé и заканчивается pointe tendue.

| | | | |
|-----|--|--|-----------------------|
| 1—3 | | 3 раза pirouette en dh с dégagé на Л в 1.2 заканчивая П développé écarté назад П опустить в V назад на полупальцах | П—III, Л на пальце |
| 4 | | | |

ЭКЗЕРСИС НА СЕРЕДИНЕ ЗАЛА
МАЛЕНЬКОЕ ADAGIO

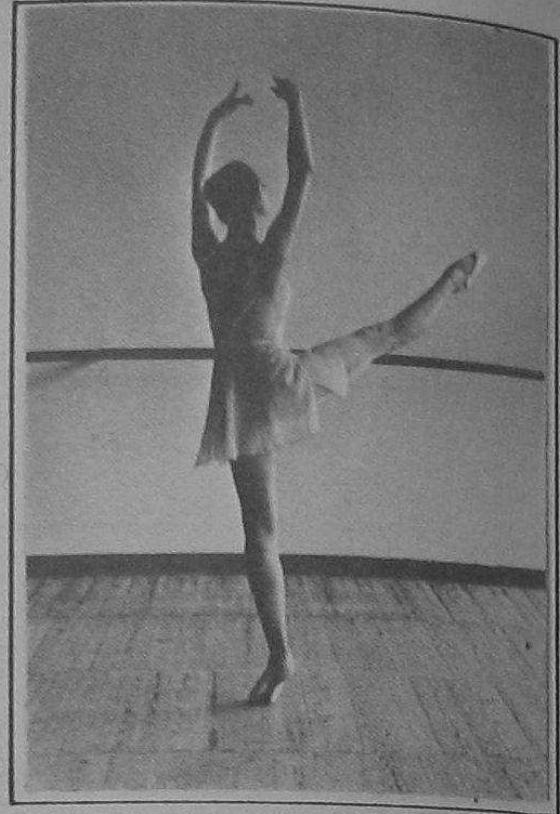
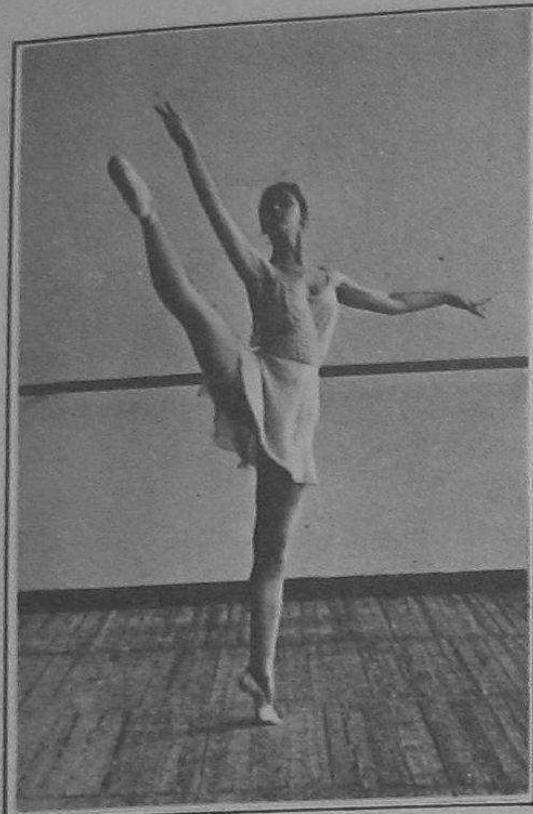
| | | | |
|-----|-----|--|----------------------|
| 16 | 3/4 | V П впереди croisé | P—Пп |
| 1—2 | | | |
| 1 | 2 J | en face П développé в сторону Л relevé, П écarté вперед | P—I—II |
| 2 | | grand fouetté en tournant en dd в 1-й arb на plié на Л в т. 8 | P—allongé |
| 3—4 | | 1 pirouette en dd на Л, закончить 1-й arb на plié в т. 8 | P—1-й arb |
| 1—2 | | pas de bourrée en dh в IV П впереди croisé— préparation к tour en dh | P—I—3-й arb |
| 3—4 | | 2 tours en dh в att до croisé закончить на plié | P—III |
| 1 | | 1 pirouette en dh, закончить en face Л в сторону 90° | |
| 2 | | пауза | P—II |
| 3—4 | | Л tombé, renversé en dh, закончить в IV П впереди croisé—préparation к tour en dd | P—I, Л—II |
| 1—2 | | 2 tours en dd в att до eff | Л—III, П—II |
| 3—4 | | закончить на plié soutenu en tournant en dd в V П впереди croisé | P—allongé P—I—III |

BATTEMENT TENDU

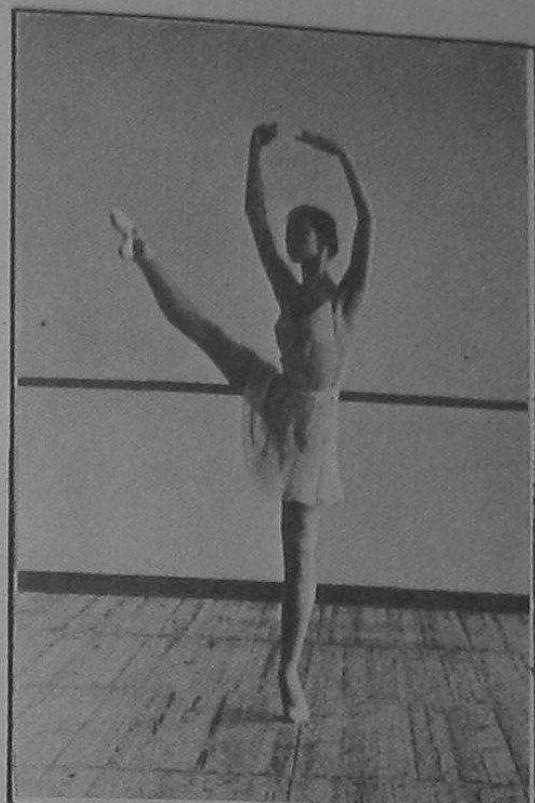
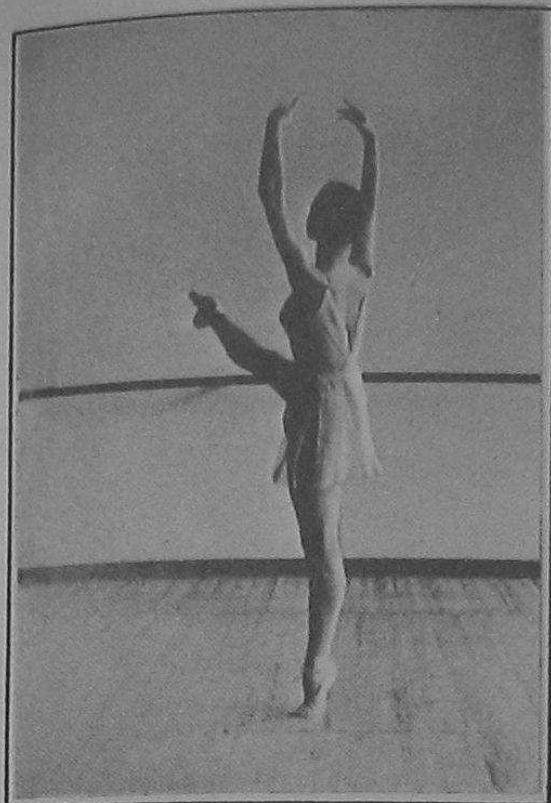
| | | | |
|-----|-----|---|--------------------------|
| 16 | 2/4 | V П впереди croisé | |
| 1 | | опуститься на целую стопу | |
| 1 | 2 J | П 2 croisé вперед, закончить на plié | Л—III, П—II П—I, Л—II |
| 2 | | 2 pirouettes en dh в V П сзади croisé | P—I—Пп |
| 3—4 | 4 J | П 4 croisé назад | P—3-й arb |

¹Adagio в обратном направлении исполняется отдельно после battement tendu.

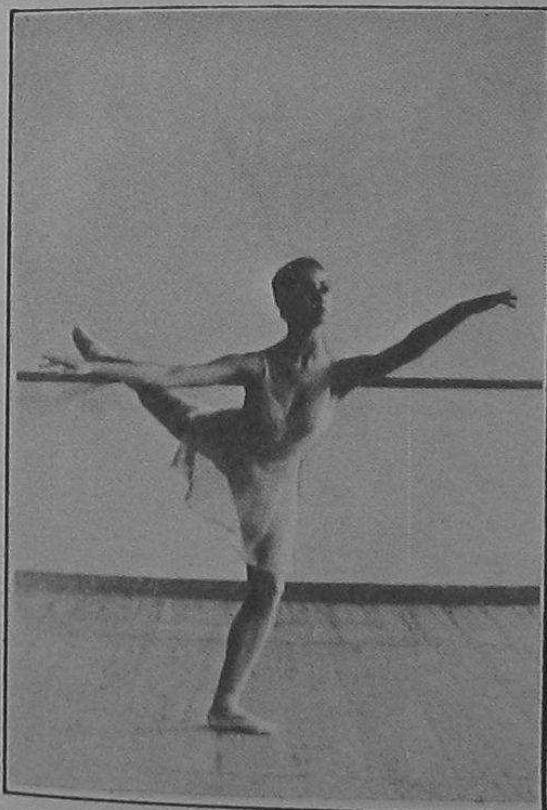
61 62



61—65. Grand fouetté en tournant en dedans в 1-й arabesque

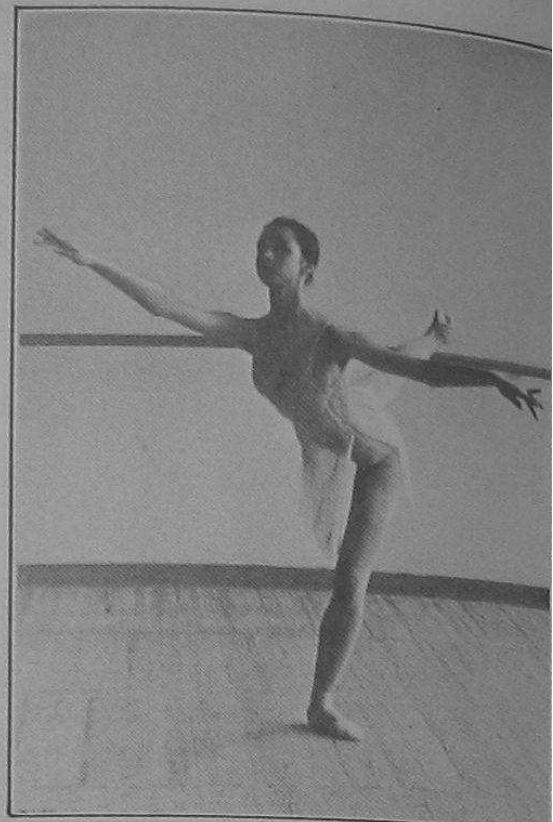
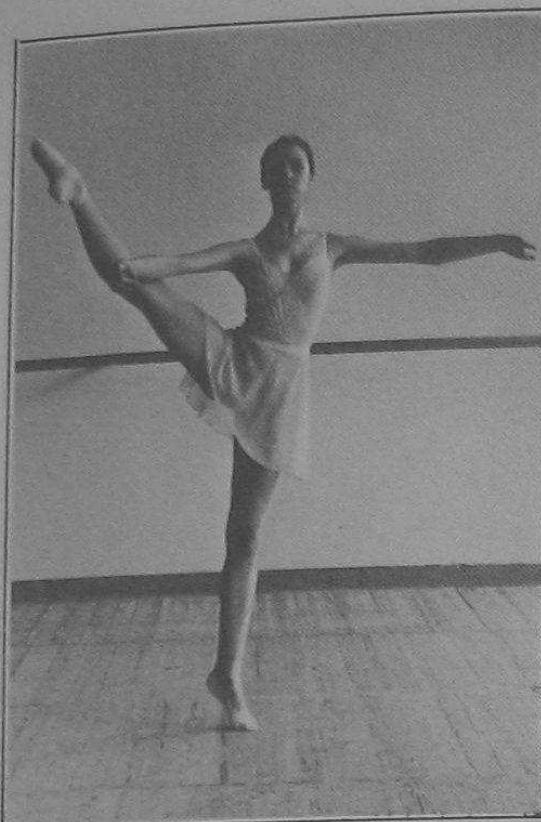


63 64

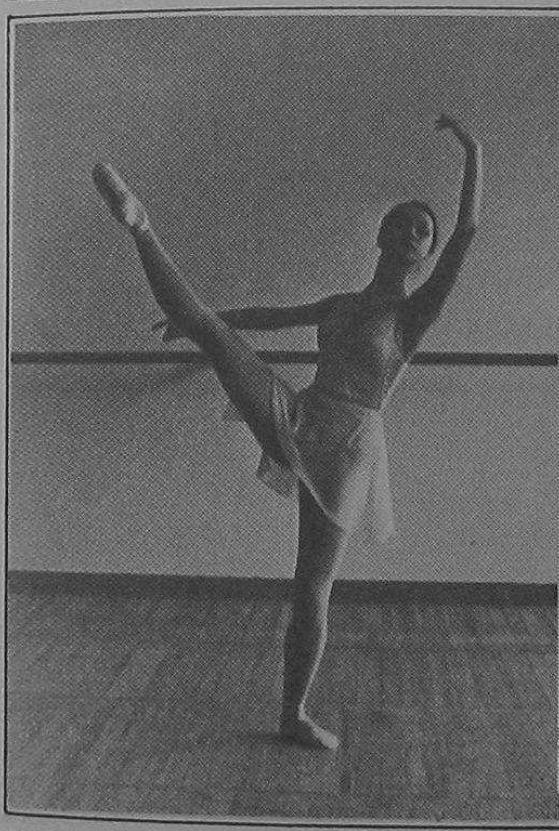
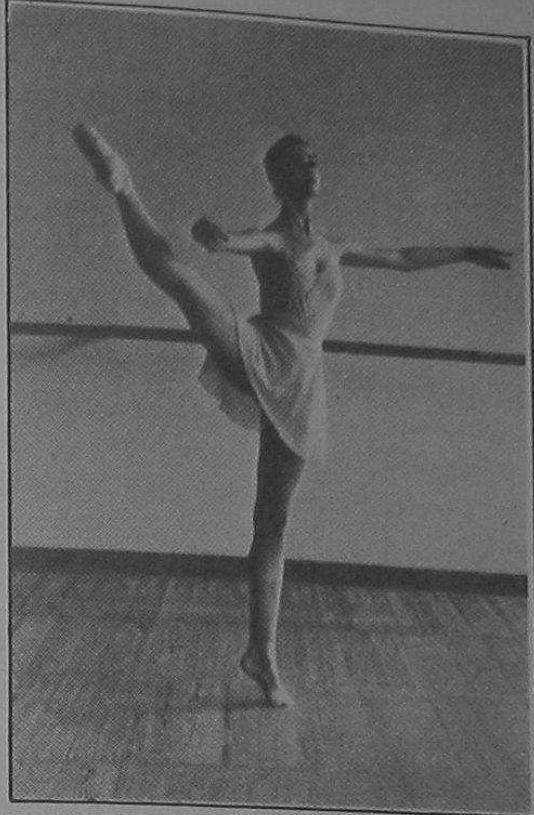
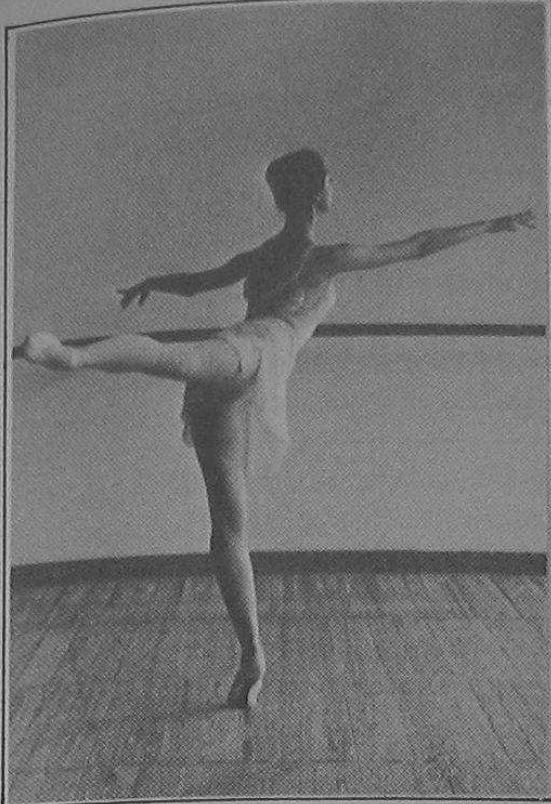


65

66 67



66—70. Grand fouetté en tournant en dehors в позу effacé вперед



68 69

70

| | | | | |
|-----|---|---|--|------------------------|
| 1 | 2 | Л | Л 2 croisé вперед, закончить на plié | П—III, Л—II |
| 2 | | | 2 pirouettes en dh в V Л сзади croisé | Л—I, П—II |
| 3—4 | 4 | Л | Л 4 croisé назад | Р—I—Пп Р—3-й arb |
| 1 | 2 | Л | en face П 2 бт tendus в сторону, меняя V | P—II |
| 2 | 3 | Л | П 3 бт jetés в сторону, меняя V | |
| 3 | 2 | Л | Л 2 бт tendus в сторону, меняя V | |
| 4 | 3 | Л | Л 3 бт jetés в сторону, меняя V закончить на plié | |
| 1 | | | П assemblé в V вперед | |
| 2 | | | 2 pirouettes en dh на Л в IV в т. 2 пауза | Р—3-й arb Л—I, П—II |
| 3 | | | 2 pirouettes en dd в V П впереди croisé на plié | Р—I |
| 4 | | | détourné, закончить в V Л впереди croisé | Р—Пп Р—I—III |

BATTEMENT FONDU

| | | | |
|-----|-----|---|---------------------|
| 16 | 3/4 | V П впереди croisé | Р—Пп |
| 1—2 | | | |
| 1—2 | | en face П бт fondu в сторону 90° | Р—I—II |
| 3 | | Л plié | |
| 4 | | fouetté relevé en dd в 1-й arb в т. 7 П опустить в V впереди croisé на полупальцах | Р—1-й arb Р—Пп |
| 1—2 | | en face Л бт fondu в сторону 90° | Р—I—II |
| 3 | | П plié | |
| 4 | | fouetté relevé en dh, закончить Л вперед eff Л опустить в V назад croisé на полупальцах | П—III, Л—II Р—Пп |
| 1—2 | | П бт fondu écarté назад | Л—II, П—III, |
| 3—4 | | fouetté в 1-й arb в т. 8 pas de bourrée en dh в V П впереди croisé на полупальцах | Р—1-й arb Р—III |
| 1 | | П tombé вперед в т. 2 | |
| 2 | | tour en dd в 1-й arb на П до т. 2 повторить tour | Р—1-й arb |
| 3 | | 1 pirouette en dd, закончить | Р—I |
| 4 | | 1-й arb на plié в т. 2 pas de bourrée en dh в V Л впереди croisé | Р—1-й arb Р—Пп |

ВРАЩЕНИЕ

| | | | |
|-----|-----|--|-----------|
| 8 | 2/4 | IV П pointe tendue croisé вперед (движение по диагонали 6—2) | П—I, Л—II |
| 1 | | | |
| 1—2 | 3 ↘ | 3 раза pirouette-piqué en dd на П 2 pirouettes-piqués en dd | |
| 3—4 | 3 ↘ | 3 раза pirouette en dh с dégagé 2 pirouettes en dh с dégagé | |
| 1—2 | 3 ↘ | 3 раза pirouette-piqué en dd на П 2 pirouettes-piqués en dd закончить Л plié, П sur le cou-de-pied впереди chaînés, закончить | |
| 3—4 | | 2-й arb à terre на П | P—2-й arb |

БОЛЬШОЕ ADAGIO

| | | | |
|---------------|-----|---|--------------------------|
| 32 | 3/4 | V П впереди croisé | P—Пп |
| 1—2 | ↓ | plié-relevé | P—II занижена allongé |
| 1—2 | | entrechat-six, закончить в IV Л впереди croisé | P—I—III P—3-й arb |
| 3 | | 2 pirouettes en dh, закончить в att croisé | P—I; П—III, Л—II |
| 4 | | пауза | |
| 1—2 | | Л plié, корпус перегнуть в сторону направо tour lent en dh до croisé | Л—III, П—II |
| 3—4 | | корпус перегнуть назад pas de bourrée en tournant в IV П впереди croisé—préparation к tour en dd | P—II П—I, Л—II |
| 1—4 | | 2 tours en dd в 1-й arb до т. 2 tour lent en dd на полупальцах закончить в 3-й arb на plié в т. 8 | P—1-й arb P—3-й arb |
| 1 2 3—4 | | grand jeté назад на Л, П croisé вперед Л relevé П tombé в IV—préparation к tour en dd | Л—III, П—II П—I, Л—II |
| 1—2 | | 2 tours en dd в à la seconde закончить на plié | P—III |

| | | |
|---------------|---|-------------------------------------|
| 3 4 | Л piqué, П dégagé 90° в сторону пауза | P-II |
| 1—4 | П tombé, renversé en dh, закончить в V Л впереди croisé на полупальцах | P—Пп |
| 1—2 3 4 | en face Л développé в сторону Л опустить на II на plié 1 tour en dh в à la seconde на П | P—I-II Л—I, П-II P-III |
| 1—2 3—4 | П plié, 1 pirouette en dh в IV в т. 8 2 pirouettes en dh, закончить в IV в т. 8 | P—I-3-й arb P-III П-III, Л-II |

GRAND BATTEMENT

| | | | |
|---------------|-----|--|---------------------------------------|
| 16 | 3/4 | IV П pointe tendue croisé вперед | P—I, Л-II |
| 1—2 | | | |
| 1—4 | | 4 раза pirouetté en dh с dégagé в т. 2, заканчивая П développé écarté вперед | P-III, Л-II |
| 1 2 3—4 | | П tombé вперед в 1-й arb в т. 2 pas de bourrée en dh в IV Л впереди croisé 2 pirouettes en dh в V П сзади croisé | P—1-й arb P—I-3-й arb P—I-Пп |
| 1 | | Л grand bt croisé вперед | P—I, П-III, Л-II |
| 2 3 4 | | П grand bt в 3-й arb Л grand bt croisé вперед П grand bt в 3-й arb | P—3-й arb П-III, Л-II P—3-й arb |
| 1—2 3—4 | | en face 2 grands bt в сторону (П, Л), меняя V 2 grands bt в сторону (П, Л) через retiré, заканчивая в V вперед | P—I-III P—I-Пп |

ALLEGRO

ПЕРВОЕ УПРАЖНЕНИЕ

| | | | |
|----|-----|--|-----------|
| 16 | 2/4 | V П впереди croisé | P—Пп |
| 1 | J | entrechat-cing на П, Л sur le cou-de-pied сзади épaulement croisé | Л—I, П-II |
| | J | Л coupé сзади | P—I |
| | J | П assemblé вперед | P—Пп |

| | | | |
|-----|---|--|--------------------------|
| 2 | 2 | Л entrechat-trois на П, Л sur le cou-de-pied впереди épaulement croisé Л coupé впереди П assemblé назад повторить комбинацию с другой ноги | П—I, Л—II Р—I Р—Пп |
| 3—4 | | | |
| 1—2 | 3 | 3 assemblés battus в V вперед (Л, П, Л) колени вытянуть | Р—Пп |
| 3—4 | 3 | 3 assemblés battus в V вперед (П, Л, П) royale | |
| 1—8 | | Повторить всю комбинацию | |

ВТОРОЕ УПРАЖНЕНИЕ

| | | | |
|-----|-----|---|-------------|
| 16 | 3/4 | V П впереди croisé | Р—Пп |
| 1 | | П sissonne ouverte en tournant en dh petit développé в сторону | Р—I—II |
| 2 | | П double rond de jambe en l'air en dh sauté | |
| 3 | | Л relevé, П double rond de jambe en l'air en dh | |
| 4 | | П опустить в V назад на plié | Р—Пп |
| 1—4 | | Повторить комбинацию с другой ноги, закончить в V П впереди croisé | |
| 1 | | grand sissonne ouverte battu в 3-й arb в т. 8 | Р—3-й arb |
| 2 | | Л assemblé назад | Р—Пп |
| 3 | | royale | Р—I—II |
| 4 | | колени вытянуть | Р—Пп |
| 1 | | Л grand sissonne ouverte battu croisé вперед 90° с продвижением назад в т. 6 | Р—I |
| 2 | | Л assemblé вперед | П—III, Л—II |
| 3 | | entrechat-quatre | Р—Пп |
| 4 | | колени вытянуть | Р—I—II |
| | | | Р—Пп |

ТРЕТЬЕ УПРАЖНЕНИЕ

| | | | |
|----|------------------|--|--------------------|
| 16 | 3/4 ¹ | V Л впереди croisé | Р—Пп |
| 1 | 1 | П grand jeté passé в сторону закончить Л eff вперед | Р—I П—III, Л—II |
| | 2 | Л шаг вперед в т. 8 | |
| | 3 | П шаг-coupé | |

Мазурка.

| | | | |
|-----|-----|---|-----------|
| 2—3 | | повторить комбинацию 1-го такта с Л и П en face Л glissade на полупальцах в сторону в т. 7а, закончить в V Л впереди croisé | П—I, Л—II |
| 1 | Л | grand jeté во 2-й arb на П в т. 2а | P—2-й arb |
| 2 | 2 Л | Л glissade в сторону в т. 7 в V П впереди повторить grand jeté во 2-й arb и glissade с другой ноги | P—I |
| 3 | | 2 pirouettes-piqués en dd на П в т. 3 закончить в V Л сзади croisé на plié | P—III |
| 4 | | relevé | |
| 1—2 | Л | Л ballonné eff вперед | Л—I, П—II |
| 2 | Л | Л tombé, П сюрé сзади | P—I |
| | Л | grand pas de basque, закончить на Л | P—III |
| | Л | Л tombé вперед в V, Л sur le cou-de-pied сзади croisé | П—I, Л—II |
| 3—6 | Л | Л сюрé сзади повторить ballonné и grand pas de basque с П в т. 2 и с Л в т. 8 | |
| 7 | | 2 pirouettes-piqués en dd на П в т. 2 закончить 1-й arb à terré на П в т. 2 | P—1-й arb |
| 8 | | пауза | |

ЧЕТВЕРТОЕ УПРАЖНЕНИЕ

| | | | |
|-----|-----|---|----------------------------------|
| 16 | 3/4 | IV П pointe tendue croisé вперед (движение по диагонали 6—2) | П—I, Л—II |
| 1 | | | |
| 2 | | П chassé в сторону в т. 2 | P—II allongé |
| 1—4 | | saut de basque на Л П chassé в сторону в т. 2 saut de basque на Л | P—III P—II allongé P—III |
| 1—2 | | chainés | |
| 3 | | П glissade на полупальцах en tournant en dd в V П впереди croise | |
| 4 | | пауза | |
| 1—2 | | pas couru вперед в т. 8 pas de poisson в att croisé на П | P—I—II Л—III, P—II allongé |
| 3—4 | | повторить комбинацию — pas couru и pas de poisson | |

| | | | |
|-----|--|---|-------------|
| 1—4 | | Л glissade в сторону Л grand jeté renversé в att croisé закончить Л glissade на полупальцах вперед в т. 8 в V П впереди croisé | P—I—1-й arb |
|-----|--|---|-------------|

ПЯТОЕ УПРАЖНЕНИЕ

| | | | |
|-----|-----|---|--|
| 8 | 2/4 | V Л впереди croisé | P—Пп |
| 1 | | П sissonne tombé croisé назад Л coupé сзади grand jeté en tournant в att croisé на П | П—I, Л—II P—I Л—III, П—II |
| 2 | — | Л assemblé назад entrechat-quatre | P—Пп |
| 3—4 | — | повторить комбинацию 1—2-го тактов с другой ноги | |
| 1 | | Л sissonne tombé eff вперед П coupé сзади grand jeté en tournant в att eff | Л—I, П—II P—I П—III, Л—II |
| 2 | | П coupé сзади Л sissonne tombé eff вперед П coupé сзади grand jeté en tournant в att eff | P—I Л—I, П—II P—I П—III, Л—II |
| 3 | | П coupé сзади | P—I |
| 4 | | 2 раза tour sissonne tombé в т. 8 chaînés в т. 8, закончить 2-й arb à terre на Л в т. 8 | P—2-й arb |

ШЕСТОЕ УПРАЖНЕНИЕ

| | | | |
|-----|-----|---|---------------|
| 16 | 3/4 | IV Л pointe tendue croisé вперед | P—II занижена |
| 1—2 | | pas de bourrée вперед в т. 2 grand jeté в att croisé | P—I |
| 3—4 | | повторить pas de bourrée и grand jeté | П—III, Л—II |
| 1—2 | | П sissonne tombé eff вперед pas de bourrée в т. 2 | П—III, Л—II |
| 3 | | П sissonne temps levé в 1-й arb в т. 2 | P—1-й arb |
| 4 | | en facé 2 шага в сторону в т. 7 (Л, П) | P—I |
| 1 | | Л sissonne temps levé в arb в т. 7 закончить failli | P—I, Л—II |

| | | |
|----------|--|--------------------------------|
| 2 3—4 | П sissonne temps levé в arb в т. 7 Л glissade вперед в т. 8 grand jeté в 1-й arb на Л в т. 8 en face 2 шага в сторону в т. 3 (П, Л) | Л—I, П—II Р—1-й arb Р—II |
| 1 | П sissonne temps levé в arb в т. 3 закончить failli | Л—I, П—II |
| 2 3—4 | П sissonne temps levé в arb в т. 3 П glissade вперед grand jeté в 1-й arb на П в т. 3 П relevé | П—I, Л—II Р—1-й arb |

СЕДЬМОЕ УПРАЖНЕНИЕ

| | | | |
|-----|-----|--|--------------------------------------|
| 16 | 3/4 | IV Л pointe tendue croisé вперед (движение по диагонали 6—2) | Р—II занижена |
| 1—2 | | П glissade вперед grand jeté pas de chat | Р—I П—III, Л—I allongé |
| 3—4 | | повторить glissade и grand jeté pas de chat | |
| 1—4 | | П glissade вперед grand jeté в 1-й arb на П в т. 2 П relevé Л chassé в сторону в т. 6 | Р—I Р—1-й arb Р—II allongé |
| 1—2 | | jeté entrelacé в 1-й arb на П в т. 2 Л chassé в сторону в т. 6 | Р—1-й arb Р—II allongé |
| 3—4 | | jeté entrelacé в 1-й arb на П в т. 2 Л chassé в сторону в т. 6 | Р—1-й arb Р—II allongé |
| 1—2 | | grand assemblé en tournant в V П впереди croisé | Р—I—III П—I, Л—II |
| 3—4 | | 2 pirouettes en dh на Л в IV в т. 2 | Р—I—3-й arb |

ВОСЬМОЕ УПРАЖНЕНИЕ

| | | | |
|---|-----|--|-----------|
| 8 | 2/4 | V П впереди croisé | Р—Пп |
| 1 | | brisé dessus-dessous в т. 8 | |
| 2 | Л | Л ballonné battu вперед, закончить Л sur le cou-de-pied сзади | П—I, Л—II |
| | Л | pas de bourrée en tournant в V Л впереди croisé | Р—Пп |

| | | | | |
|-----|---|---|--|-----------|
| | | | brise dessus-dessous в т. 2 | |
| 3 | | Л | П ballonné battu вперед, закончить | Л—I, П—II |
| 4 | | Л | П sur le cou-de-pied сзади | |
| | | Л | pas de bourrée en tournant в | |
| | | В | П впереди croisé | Р—Пп |
| 1 | 4 | Л | 4 emboîtés en tournant в т. 2 | |
| 2 | | Л | 1 pirouette en dh на Л в В П впереди в т. 2 | |
| | | Л | 1 pirouette en dh на Л, закончить | |
| 3—4 | | Л | Л plié, П sur le cou-de-pied впереди croisé chaînés в т. 2, закончить | П—I, Л—II |
| | | Л | 2-й arb à terre на П в т. 2 | Р—2-й arb |

ЭКЗЕРСИС НА ПАЛЬЦАХ

ПЕРВОЕ УПРАЖНЕНИЕ

| | | | |
|-----|-----|--|-------------|
| 8 | 2/4 | V П впереди croisé | Р—Пп |
| 1 | | Л en face échappé на II ¹ | Р—I—II |
| | | Л plié по II | |
| 2 | | Л relevé, Л développé croisé вперед | Л—I, П—II |
| | | Л tombé, relevé в 3-й arb | Р—I—3-й arb |
| 3 | | Л plié, 1 pirouette en dh | |
| | | П опустить в V впереди croisé на plié, échappé в IV croisé | Р—Пп |
| | | не спускаясь с пальцев, поворот по IV налево в т. 4, закончить Л впереди | Р—4-й arb |
| 4 | | пауза | |
| | | Л plié по V Л впереди | Р—Пп |
| | | échappé на II en tournant en dd до т. 1, за- кончить в V П впереди croisé | Р—I—II—Пп |
| | | Л en face échappé на II | Р—I—II |
| 1—4 | | закончить в V Л впереди croisé повторить всю комбинацию с другой ноги | Р—Пп |

ВТОРОЕ УПРАЖНЕНИЕ

| | | | |
|----|-----|----------------------------------|---------------|
| 16 | 3/4 | IV Л pointe tendue croisé вперед | Р—I занизжена |
| 1 | 2 | Л plié | |

Начать движение на 1-ю четверть 1-го такта.

| | | | |
|-----|---|--|--------------------------------|
| | | Л en face П relevé, П dégagé 90° в сторону | Р—I; П—III, Л—II allongé |
| | | П passé П tombé вперед в V, Л pointe tendue назад колено согнуто | П—II—I, Л—II allongé |
| 2 | Л | П relevé, Л dégagé 90° в сторону | П—II, Л—III allongé |
| | | Л passé Л tombé вперед в V, П pointe tendue назад колено согнуто | Л—II—I, П—II allongé |
| 3 | Л | Л relevé, П dégagé 90° в сторону, П passé П tombé вперед в V, Л sur le cou-de-pied сзади croisé | П—III, Л—II allongé |
| 4 | | pas de bourrée в V Л впереди croisé | П—Пп |
| 1 | | Л скользнуть вперед в т. 7, relevé в 1-й arb | Р—1-й arb |
| 2 | | Л relevé, П flic sur le cou-de-pied впереди épaulement effacé | Р—Пп—I скрещены на груди |
| 3 | | П скользнуть вперед в т. 3, relevé в 1-й arb | Р—1-й arb |
| 4 | | П relevé, П flic sur le cou-de-pied впереди épaulement effacé | Р—Пп—I скрещены на груди |
| 1—2 | | en face Л tombé в сторону в т. 7 renversé en dh, закончить П plié, Л petit développé écarté вперед | Р—I—I занизе- на allongé |
| 3—4 | | pas de bourrée suivi в сторону в т. 4 по V Л впереди | П—III, Л—I allongé |
| 1—2 | | en face П tombé в сторону в т. 3 renversé en dh, закончить Л plié, П petit développé écarté вперед | Р—I—I занизе- на allongé |
| 3—4 | Л | pas de bourrée suivi в сторону в т. 6 по V П впереди, закончить V П впереди croisé | Л—III, П—I allongé Р—III |

| | | | |
|------------------|--------------------|--|----------------------------------|
| 16 | 3/4 | 2-й arb à terre на П в т. 2 | P—2-й arb |
| 1 2 3 4 | | Л rqué назад, П dégagé 90° eff вперед Л plié, корпус перегнуть назад П rqué в 1-й arb П plié, корпус наклонить вперед | Л—III, П—II P—1-й arb |
| 1 2 3 4 | — — — — | Л rqué назад, П dégagé 90° eff вперед Л plié fouetté relevé в 1-й arb на Л в т. 6 закончить на plié П опустить в V вперед на plié, relevé Л développé в 1-й arb в т. 6 закончить на plié | Л—III, П—II P—1-й arb P—Пп |
| 1 2 3—4 | | Л через I grand fouetté relevé в 1-й arb на П в т. 2 закончить на plié pas de bourrée en dh в IV Л впереди croisé | P—I—1-й arb P—3-й arb |
| 1 2 3 4 | 2 — — — — | 2 pirouettes en dh в IV в т. 2 пауза П coupé сзади Л шаг вперед в т. 8 во 2-й arb à terre пауза | P—I—3-й arb P—I—2-й arb |

ЧЕТВЕРТОЕ УПРАЖНЕНИЕ

| | | | |
|---------------|--------------------|---|---|
| 16 | 2/4 | V Л впереди croisé | P—Пп |
| 1 2 3—4 | — — — | pas de chat, закончить П на пальцах plié, Л pointe tendue croisé вперед Л plié, П pointe tendue eff вперед Л relevé, П через I в att croisé, не спускаясь с пальцев, pas de bourrée en tournant в V П впереди croisé повторить комбинацию 1—2-го такта с другой ноги, закончить в V Л впереди croisé | P—I—III П—I, Л—II Л—I—III, П—II P—Пп |
| 1—2 | — 2 — — — | Л rqué в сторону в т. 6, П double frappé écarté вперед П tombé вперед в V, Л sur le cou-de-pied сзади повторить 2 раза double frappé с tombé Л rqué в сторону в т. 6, П développé croisé вперед Л plié | П—I, Л—II П—I Л—III, П—II P—I Л—III, П—II |

| | | | |
|-----|---|---|------------------------------------|
| 3—4 | | pas de bourrée suivi вперед в т. 8 до т. 7а—8а Л en face П glissade в сторону т. 2а, не меняя V | Л—III, П—I allongé Р—II—Пп |
| 1 | | Л piqué в 1-й arb в т. 2а Л не спускаясь с пальцев, Л passé с поворотом корпуса en face Л coupé впереди Л П glissade в сторону в т. 2а, не меняя V | Р—1-й arb П—III, Л—I Р—II—Пп |
| 2—3 | | повторить 2 раза комбинацию, начиная с piqué в 1-й arb, закончить в V Л впереди croisé на plié | |
| 4 | | Л détourné, закончить в V П впереди croisé Л шаг в сторону в т. 6, П pointe tendue croisé вперед | Р—Пп Р—I—III П—I, Л—II |
| 1 | | Л pirouette en dh c dégagé в т. 2 Л pirouette en dh c dégagé, закончить П développé écarté вперед | |
| 2 | | Л pirouette en dh c dégagé в т. 2 Л pirouette en dh c dégagé, закончить П développé écarté вперед | П—III, Л—II |
| 3—4 | 3 | Л pirouette en dh c dégagé в т. 2 chainés в т. 2, закончить 1-й arb à terre на П в т. 2 | П—III, Л—II Р—1-й arb |

ПЯТОЕ УПРАЖНЕНИЕ

| | | | |
|-----|-----|---|---------------------|
| 8 | 2/4 | V П впереди croisé | Р—Пп |
| 1 | | Л sissonne simple на Л, закончить в V П впереди Л П double rond de jambe en l'air en dh закончить в V П сзади croisé | П—I, Л—II Р—Пп |
| 2 | | повторить комбинацию 1-го такта с другой ноги | |
| 3—4 | 4 | 4 sissonnes simples на Л, П, Л, П, заканчивая в V назад, меняя épaulement | |
| 1 | | entrechat-quatre 1 pirouette en dh на Л в V П сзади | П—I, Л—II Р—I—Пп |
| 2 | | entrechat-quatre 1 pirouette en dh на П в V Л сзади | Л—I, П—II Р—I—Пп |
| 3 | | 2 раза pirouettes en dh на Л в V П впереди | |
| 4 | | 2 pirouettes en dh на Л в V, П сзади croisé relevé | Р—I—Пп Р—I—III |

ШЕСТОЕ УПРАЖНЕНИЕ

| | | | |
|-----|-----|--|------------------------------|
| 8 | 2/4 | V П впереди croisé | P—Пл |
| 1 | — | relevé | P—II занижена allongé |
| 1—2 | 6 — | П 6 ballonnés sautés на пальцах écarté вперед с продвижением в т. 2 | |
| | — | не спускаясь с пальцев, вытянуть колено Л, П | |
| | — | double rond de jambe en l'air en dh | |
| | — | П tombé вперед в V на пальцах | P—Пп—I |
| 3—4 | — | Л sur le cou-de-pied сзади, epaulement croisé temps levé на пальцах | |
| 3 | — | 3 temps levés на пальцах, Л att croisé | Л—III, П—I |
| | — | П plié на целой стопе | |
| 3 | — | pas de bourrée en tournant в V Л впереди croisé на пальцах | P—I—II зани- женя allongé |
| 1—4 | | Повторить всю комбинацию с другой ноги | |

СЕДЬМОЕ УПРАЖНЕНИЕ

| | | | |
|-----|-----|--|-----------|
| 4 | 2/4 | IV П pointé tendue croisé вперед (движение по диагонали 6—2) | П—I, Л—II |
| 1 | — | 1 pirouette-piqué en dd на П | |
| 2—4 | — | 2 chaînés повторить 3 раза комбинацию 1-го такта закончить 2-й arb à terre на П в т. 2 | P—2-й arb |

ВОСЬМОЕ УПРАЖНЕНИЕ

| | | | |
|------|-----|---|-----------|
| 12 | 2/4 | IV Л впереди en face | P—3-й arb |
| 1—12 | | 24 tours fouettés, закончить в IV в т. 2 | P—II |

ДЕВЯТОЕ УПРАЖНЕНИЕ

| | | | |
|-----|-----|--|-----------|
| 8 | 2/4 | IV П pointé tendue en face вперед (движение по кругу из т. 7а—8а) | П—I, Л—II |
| 1—8 | | 16 pirouettes-piqués en dd на П закончить 1-й arb à terre на П в т. 2 | P—1-й arb |

ТРЕТИЙ УРОК

ЭКЗЕРСИС У СТАНКА

PLIÉ

| | | | |
|-----|--|------------|-------------------------|
| 88 | 3 4 | 1 позиция | П—Пп |
| 1—2 | | | П—I—II |
| 1—4 | I grand plié | | П—Пп—I—II |
| 1—4 | grand plié | | П—Пп—I—II |
| 1—2 | demi-plié, 1 pirouette en dh | | П—III—I—II |
| 3—4 | пауза на полупальцах | | П—I—II |
| 1—2 | П petit développé в сторону | | |
| 3—4 | Л опустить на целую стопу, П pointe tendue, II | | |
| 1—4 | II demi-plié | | П—Пп—I—II |
| 1—4 | grand plié | | П—Пп—I—II |
| 1—4 | grand plié | | П—III—I—II |
| 1 | relevé | | Л снять с палки, Р—I |
| 2 | пауза на полупальцах | | |
| 3 | Л опустить на целую стопу, П pointe tendue | Л на палке | |
| 4 | П закрыть в V вперед | | |
| 1—4 | V grand plié | | П—Пп—I—II |
| 1—4 | grand plié | | П—III—I—II |
| 1—2 | demi-plié, 1 pirouette en dh | | П—I—II |
| 3—4 | пауза на полупальцах | | |
| 1—2 | | | |
| 3—4 | П опуститься в V вперед на полупальцах | | |
| 1—4 | корпус перегнуть в сторону налево | | П—III |
| 1—4 | корпус выпрямить | | П—I |
| 1—7 | 3 port de bras на полупальцах | | |
| 8 | demi-détourné, закончить в | | Л—I, |
| | V Л впереди, опуститься на целую стопу | П на палке | |
| 1—4 | V grand plié | | Л—Пп—I—II |
| 1—4 | grand plié | | Л—III—I—II |
| 1—2 | demi-plié, 1 pirouette en dh | | Л—I—II |
| 3—4 | пауза | | |
| 1—2 | | | |
| 3—4 | Л опустить в V вперед на полупальцах | | |
| 1—4 | корпус перегнуть в сторону направо | | Л—III |
| 1—3 | корпус выпрямить | | Л—I |

4

demi-détourné, закончить в V П впереди

П—II,
Л на палке

BATTEMENT TENDU

| | | | |
|-----|-----|---|-------------|
| 16 | 2/4 | V П впереди | П—Пп |
| 1 | | | П—I—II |
| 1—4 | 6 ↘ | 6 вперед закончить на plié ↓ 1 pirouette en dh, закончить П pointé tendue в сторону | П—I П—II |
| 1—4 | 6 ↘ | 6 в сторону, меняя V (назад, вперед,...), за- кончить в V П впереди на plié ↓ 1 pirouette en dh, закончить П pointé tendue назад | П—I П—II |
| 1—8 | | Повторить всю комбинацию в обратном на- правлении, закончить V П впереди | |

BATTEMENT JETÉ

| | | | |
|-----|-----|--|-----------|
| 16 | 2/4 | | П—II |
| 1—2 | 4 ↘ | вперед, в сторону, назад, в сторону | |
| 3 | 3 ↘ | 3 вперед | П—I—III |
| 4 | 3 ↘ | 3 в сторону, меняя V | П—I—II |
| 1 | 3 ↘ | 3 назад | П—2-й arb |
| 2 | 3 ↘ | 3 в сторону, меняя V | П—II |
| 3 | 3 ↘ | 3 в сторону по I, закончить dégué 45° в сторону | |
| | | пауза | |
| 4 | 3 ↘ | 3 в сторону по I, закончить в V П сзади | |
| | | пауза | |
| 1—8 | | Повторить всю комбинацию в обратном на- правлении | |

RONDE DE JAMBE PAR TERRE

| | | | |
|-----|-----|-------------------|--------|
| 48 | 3/4 | I позиция | П/Пп |
| 1—2 | | préparation en dh | П—I—II |

| | | |
|------|---|------------|
| 1—2 | 2 ronds en dh | |
| 3 | 3 ronds | |
| 4 | закончить П pointe tendue вперед пауза | |
| 1—2 | 5 ronds en dh | |
| 3—4 | 2 ronds | |
| 1 | grand rond de jambe jeté en dh | |
| 2 | rond de jambe par terre | |
| 3 | grand rond de jambe jeté | |
| 4 | rond de jambe par terre | |
| 1—2 | 2 grands ronds de jambe jetés | |
| 3 | закончить П pointe tendue вперед | |
| 4 | пауза | |
| 1—16 | Повторить всю комбинацию в обратном на- правлении, закончить П pointe tendue назад | |
| 1—2 | Л глубокое plié (растяжка) во 2-й arb à terre | |
| 3—4 | корпус перегнуть назад | |
| 1—2 | перейти на П, Л pointe tendue вперед | П—I |
| 3—4 | корпус перегнуть назад | П—III |
| 1—2 | корпус выпрямить | |
| 3—4 | Л dégagé 90° вперед на полупальцах | |
| 1 | fouetté во 2-й arb | П на палке |
| 2 | пауза | |
| 3—4 | Л опустить в V вперед, опуститься на целую стопу | Л—Пп |

BATTÉMENT FONDU

| | | | |
|----|-----|---|-----------------------|
| 16 | 3/4 | V П впереди | П—Пп |
| —2 | | | |
| —2 | | П bt fondu вперед tombé, Л назад 45° | П—I—II |
| 3 | | 1/2 tour en dh, Л сзади 45° | |
| 4 | | не спускаясь с полупальцев, 1/2 pirouette en dh закончить Л вперед 45° | Л на палке, П—I—II |

| | | | |
|-----|---|--|-----------------------|
| 1—2 | | П bt fondu назад tombé, Л вперед 45° | |
| 3 | | 1/2 tour en dd, Л впереди 45° | |
| 4 | | не спускаясь с полупальцев, 1/2 pirouette en dd закончить Л назад 45° | П—I-II Л на палке, |
| 1—2 | | П bt fondu в сторону 90° | П—Пп—I-II |
| 3 | | demi-rond de jambe en dd | |
| 4 | | закончить eff вперед на plié demi-rond de jambe en dh | П—I-III |
| | | закончить в сторону на полупальцах с поворотом en face | П—I-II |
| 1 | | demi-rond de jambe en dh | |
| 2 | | закончить eff назад на plié demi-rond de jambe en dd | П—2-й arb |
| 3—4 | | закончить в сторону на полупальцах с поворотом en face Л plié, 2 tours tire-bouchon en dh | П—I-II |
| | Л | закончить в сторону 90° П опустить в сторону 45° | |

BATTEMENT FRAPPÉ

| | | | |
|-----|-----|--|-----------|
| 16 | 2/4 | | |
| 1—2 | 6 | Л П 6 eff вперед, закончить на plié Л П cabriole fermée в V П впереди Л relevé | П—I-III |
| 3—4 | 6 | Л не меняя épaulement, Л 6 назад закончить на plié Л cabriole fermée в V Л сзади Л relevé | П—1-й arb |
| 1—2 | 6 | Л П 6 écarté назад Л П опустить в V назад на полупальцах détourné, закончить в V П впереди | П—I-II |
| 3—4 | | Л plié, П sur le cou-de-pied впереди с temps relevé 2 pirouettes en dh закончить в сторону 45° | П—I |
| 1—8 | | Повторить всю комбинацию в обратном направлении | П—I-II |

RONDE DE JAMBES EN L'AIR

| | | | |
|-----|-----|---|--------|
| 16 | 2/4 | V П впереди | П—Пп |
| 1 | | préparation — temps relevé en dh | П—I—II |
| 1 | 2 ↘ | 2 ronds | |
| 2 | 3 ↘ | 3 ronds | |
| 3—4 | 5 ↘ | 5 ronds, закончить П pointe tendue eff вперед на plié | П—I |
| | 3 ↗ | Л relevé, П в сторону 45° с поворотом en face | П—II |
| 1 | 2 ↘ | 2 ronds | |
| 2 | 3 ↘ | 3 ronds | |
| 3—4 | 5 ↘ | 5 ronds, закончить на plié tour fouetté en dh, закончить в сторону 45° на полупальцах | |
| | ↗ | double ronds de jambe en l'air en dh | |
| 1—8 | | Повторить всю комбинацию в обратном на- правлении | |

ADAGIO

| | | | |
|-----|-----|---|-----------------|
| 24 | 3/4 | V П впереди | П—Пп |
| 1—2 | | | |
| 1—2 | | | |
| 3—4 | | П développé в сторону на полупальцах flic-flac en tournant en dh закончить П att вперед | П—I—II П—III |
| 1—2 | ↘ | Л plié tour en dh, П att вперед | |
| 3 | | П вытянуть | |
| 4 | | tombé, Л назад 90° | П—III allongé |
| 1 | | Л rqué назад, П dégagé 90° вперед | |
| 2 | | П опустить в V вперед | |
| 3—4 | | 3 port de bras на полупальцах | |
| 1—2 | | | |
| 3—4 | | П développé в сторону | П—Пп—I—II |
| 1—2 | | demi-rond de jambe en dh в att | |
| 3 | | корпус слегка наклонить вперед | |
| 4 | | tombé, Л pointe tendue вперед | П—III |

| | | | |
|-----|--|---|---------|
| 1—2 | | корпус перегнуть назад Л piqué в att | П—I—III |
| 3 | | 1/2 tour en dd | |
| 4 | | закончить 4-й arb | |

BATTEMENT DOUBLE FRAPPÉ

| | | | |
|-----|-----|---|-------------|
| 16 | 2/4 | V П впереди | П—Пп |
| 1 | — | П dégagé в сторону 45° на полупальцах | П—I П—II |
| 1—2 | 4 | П вперед, в сторону, назад, в сторону | |
| 3 | — | П опустить в V назад на plié détourné, закончить П pointe tendue eff | |
| 4 | — | вперед на plié П bt battus eff вперед на полупальцах | П—I |
| | | закончить П в сторону 45° с поворотом en face | П—II |
| 1—2 | — | П petits bt | П—I—II |
| 3 | — | Л plié, П sur le cou-de-pied впереди с temps relevé 2 pirouettes en dh | П—I |
| | | закончить в сторону 45° | П—II |
| 4 | — | Л plié П jeté в сторону, Л sur le cou-de-pied сзади emboîté на Л, П sur le cou-de-pied впереди | П—I |
| | | Л relevé, П petit développé в сторону | П—II |
| 1—8 | | Повторить всю комбинацию в обратном направлении | |

GRAND BATTEMENT

| | | | |
|-----|-----|--|-------|
| 16 | 2/4 | V П впереди | П—Пп |
| 1—2 | | | |
| 1 | | П шаг-souré вперед | П—I |
| | | Л cabriole вперед | П—III |
| 2 | 2 | Л 2 grands bt вперед, П вытянуть | |
| 3 | 3 | Л 3 grands bt вперед | |
| 4 | — | Л grand bt développé вперед на полупальцах | |
| | | закончить на целой стопе | |

| | | | |
|---|-----|---|------------------------------|
| 1 | | Л шаг-сюрé вперед П cabriole во 2-й arb | П—2-й arb |
| 2 | 2 Л | П 2 grands bt назад, Л вытянуть | |
| 3 | 3 Л | 3 grands bt назад | |
| 4 | | П grand bt développé назад на полупальцах закончить на целой стопе | |
| 1 | 2 Л | П 2 grands bt в сторону, меняя V | П—II |
| 2 | 3 Л | 3 grands bt в сторону, меняя V | |
| 3 | 3 Л | 3 grands bt в сторону, меняя V | |
| 4 | | П grand bt développé в сторону на полупальцах закончить в V П впереди на целой стопе | |
| 1 | | П piqué вперед Л через 1 grand fouetté, закончить в arb на plié | Л—III allongé, П на палке |
| 2 | | Л через 1 grand fouetté relevé закончить в arb на plié | П—III allongé, Л на палке |
| 3 | | Л через 1 grand fouetté relevé закончить в arb на plié | Л—III allongé, П на палке |
| 4 | | pas de bourrée en dh в V Л впереди | Л—II—Пп |

ЭКЗЕРСИС НА СЕРЕДИНЕ ЗАЛА

МАЛЕНЬКОЕ ADAGIO

| | | | |
|-----|-----|--|--|
| 16 | 3/4 | V П впереди croisé | Р—Пп |
| 1—2 | | | |
| 1 | | П piqué в сторону в т. 3, закончить | Р—II занижена allongé |
| 2 | 2 Л | Л att 45° eff вперед на plié grand fouetté en effacé закончить Л назад 90° | П—I, Л—II П—III—II Л—III allongé |
| 3 | Л | 1 pirouette en dh на П | |
| 4 | | закончить Л att 45° eff вперед на plié grand fouetté en effacé | П—I, Л—II П—III—II, Л—III |
| 1—2 | | pas de bourrée en dh в IV Л впереди croisé | Р—3-й arb |
| 3 | | 2 pirouettes en dh, закончить в att croisé | П—III, Л—II |
| 4 | | пауза | |

| | | | |
|-----|--|--|----------------|
| 1—2 | | renversé en dh, закончить в IV П впереди croisé | П—I, Л—II |
| 3—4 | | 2 pirouettes en dd, закончить в att croisé вперед | П—III, Л—II |
| 1—2 | | renversé en dd, закончить в V П впереди croisé | Р—Пп |
| 3 | | П dégagé à terre croisé вперед | Р—I, П—I, Л—II |
| 4 | | пауза | |

BATTEMENT TENDU

| | | | |
|-----|-----|---|-------------|
| 8 | 2 4 | IV П pointe tendue croisé вперед | П—I, Л—II |
| 1 | | | |
| 1 | | 2 pirouettes-piqués en dd на П в т. 2 закончить 1-й arb à terre | Р—1-й arb |
| 2 | 2 Л | Л 2 bt tendus eff назад | |
| 3 | | 2 pirouettes en dh с dégagé на Л в т. 2 закончить П pointe tendue eff вперед | Л—III, П—II |
| 4 | 2 Л | П 2 bt tendue eff вперед | |
| 1 | 3 Л | Л 3 bt jetés écarté вперед, меняя V | Л—I, П—II |
| 2 | 3 Л | П 3 bt jetés écarté назад, меняя V | П—I, Л—II |
| 3—4 | 4 Л | en face 4 bt tendus в сторону (Л, П, Л, П), меняя V | Р—II |

BATTEMENT FONDU

| | | | |
|-----|-----|--|---------------------|
| 16 | 3 4 | V П впереди croisé | Р—Пп |
| 1—2 | | | |
| 1—2 | | en face П bt fondu в сторону 90° tombé, Л соурé впереди | Л—II П—III, Р—II |
| 3 | | П grand jeté в сторону, закончить | Р—Пп |
| 4 | | Л sur le cou-de-pied впереди croisé | П—I, Л—II |
| 1—2 | | Л bt fondu croisé вперед | |
| 1—2 | | en face Л bt fondu в сторону 90° tombé, П соурé впереди | П—II, Л—III, |
| 3 | | Л grand jeté в сторону, закончить | Р—II—Пп |
| 4 | | П sur le cou-de-pied впереди croisé | |
| 4 | | П bt fondu croisé вперед | Л—I, П—II |

| | | |
|------------------------------|---|--------------|
| 1—2 | en face П бт fondu в сторону 90° | Л—II, П—III, |
| 3 | tombé, Л coupé впереди | |
| П grand jeté passé в сторону | | |
| закончить в 3-й arb в т. 8 | | |
| 4 2 ↴ пауза | | P—3-й arb |
| ↓ relevé | | |
| 1—2 | 4 petits temps sautés en tournant en dh до т. 8 | |
| 3 | 2 pirouettes en dh в V Л сзади croisé на plié | P—II |
| 4 | détourné, закончить в V Л впереди croisé | P—I—III |

ВРАЩЕНИЕ

| | | | |
|---|-----|--|---------------------|
| 8 | 2 4 | V П впереди croisé | P—Пп |
| 1 | | préparation в IV в т. 2 к pirouette en dh | P—3-й arb |
| 1 | | 2 pirouettes en dh в IV в т. 2 | P—I; Л—I, П—II |
| 2 | | 2 pirouettes en dd в IV в т. 8 | P—I—3-й arb |
| 3 | | 2 pirouettes en dh в IV в т. 8 | P—I; П—I, Л—II |
| 4 | ↓ | 2 pirouettes en dd в V Л впереди croise plié relevé | P—I—Пп Л—I, П—II |
| 1 | | 4 chainés в т. 7, закончить en face V П впереди на plié Л relevé | P—Пп П—I, Л—II |
| 2 | | 4 chainés в т. 3, закончить en face V Л впереди на plié Л relevé | P—Пп Л—I, П—II |
| 3 | | 5 chainés в т. 7, закончить en face V П впереди на plié Л relevé | P—Пп П—I, Л—II |
| 4 | | 5 chainés в т. 3, закончить 2-й arb à terre на П в т. 2 | P—2-й arb |

БОЛЬШОЕ ADAGIO

| | | | |
|-----|-----|---|-------------|
| 32 | 3/4 | V П впереди croisé | P—Пп |
| 1—2 | | П шаг вперед в т. 2 во 2-й arb à terre | P—2-й arb |
| 1 | | Л piqué назад, П dégagé 90° eff вперед | Л—III, П—II |
| 2 | | Л plié | |
| 3—4 | | 1 pirouette en dh, закончить П eff вперед 90° на plié, корпус перегнуть назад | Л—III, П—II |

| | | |
|-----|--|--------------------------------|
| 1 | П riqué в 1-й arb в т. 2 | P—1-й arb |
| 2 | П plié | |
| 3—4 | 1 pirouette en dd на П (sur le cou-de-pied сзади), закончить в 1-й arb на plié в т. 2, корпус на- клонить вперед | P—1-й arb |
| 1 | Л riqué назад, П dégagé 90° eff вперед, за- кончить на plié | Л—III, П—II |
| 2 | fouetté relevé в 1-й arb на Л в т. 6 закончить на plié | P—1-й arb |
| 3 | П опустить в V вперед на полупальцах | P—Пн |
| | Л développé в 1-й arb на plié в т. 6 | P—I—1-й arb |
| 4 | Л через 1 grand fouetté relevé в 1-й arb в т. 2 закончить на plié | P—III—1-й arb |
| 1—2 | pas de bourrée en dh в IV Л впереди croisé- préparation к tour en dh | |
| 3—4 | 2 tours en dh на Л в att до croisé | P—3-й arb П—III, Л—II |
| 1 | 1 pirouette en dh на Л, закончить | P—III |
| | П croisé вперед 90° на полупальцах | П—III, Л—II |
| 2—3 | П chassé вперед в т. 8 | P—II |
| | П tombé в IV — préparation к tour en dd | П—I, Л—II |
| 4 | пауза | |
| 1 | tour en dd в 1-й arb до т. 2 | P—1-й arb |
| 2 | повторить tour | |
| 3—4 | 2 pirouettes en dd, закончить в 1-й arb на plié в т. 2 | P—I—1-й arb |
| 1—3 | pas de bourrée en dh в V Л впереди croisé П glissade в сторону, не меняя V | P—Пн P—II—I |
| | П grand jeté passé в сторону | |
| | закончить в 3-й arb в т. 8, Л опустить | P—3-й arb |
| | назад в IV — préparation к tour en dd | П—I, Л—II |
| 4 | пауза | |
| 1—2 | 2 tours en dd на П в позе Л впереди 90° закончить croisé на plié | П—III, Л—II |
| 3—4 | 1 pirouette en dd на П, закончить в arb на plié в т. 2 | P—III П—III, Л—I allongé |

GRAND BATTEMENT

| | | | |
|------|--|--------------------|-------------|
| 32 | 3 4 ¹ | V П впереди croisé | P—Пп |
| 1—2 | | | |
| 1—2 | grand sissonne renversé en dh на П закончить в V П впереди croisé | | P—Пп |
| 3—4 | повторить grand sissonne renversé | | |
| 1 | П grand bt eff вперед, закончить в IV П впереди | | П—III, Л—II |
| 2 | Л grand bt croisé вперед, закончить в IV Л впереди | | Л—III, П—II |
| 3—4 | повторить 2 grands bt(П, Л) | | |
| 1 | П grand bt в 3-й arb в т. 2, закончить в IV назад | P—3-й arb | |
| 2 | Л grand bt в 1-й arb в т. 2, закончить в IV назад | P—1-й arb | |
| 3—4 | повторить grand bt П в 3-й arb и Л в 1-й arb закончить в V П впереди croisé | P—Пп | |
| 1—2 | en face Л 2 grands bt в сторону в V (назад, вперед) | P—I—III | |
| 3—4 | П 2 grands bt в сторону в V (назад, вперед) | | |
| 1—16 | Повторить всю комбинацию в обратном на- правлении | | |

ALLEGRO

ПЕРВОЕ УПРАЖНЕНИЕ

| | | | |
|-----|-----|--|------------|
| 8 | 2/4 | V П впереди croisé | P—Пп |
| 1 | | П sissonne tombé eff вперед Л coupé сзади | П—I, Л—II |
| 2 | 1 | П assemblé battu в сторону в V назад entrechat-quatre | П—II, Р—Пп |
| 3—4 | 1 | колени вытянуть повторить комбинацию 1-2-го тактов с другой ноги | |
| 1 | 2 1 | 2 assemblés battus в сторону в V вперед (Л, П) | Л—III, П—I |
| 2 | 1 | entrechat-quatre с продвижением вперед в т. 8 | allongé |
| | 1 | колени вытянуть | |

¹Мазурка.

| | | | | |
|---|---|---|--|---------|
| 3 | 2 | Л | 2 assemblés battus в сторону в V вперед (Л, П) | Р—Пп |
| 4 | | Л | royale | Р—I—III |
| | | Л | колени вытянуть | |

ВТОРОЕ УПРАЖНЕНИЕ

| 8 | 2'4 | V П впереди croisé | Р—Пп |
|-----|-----|---|---------------------|
| 1 | Л | П sissonne ouverte petit développé в сторону | Р—I—II |
| | Л | double rond de jambe en l'air sauté | |
| 2 | Л | grand jeté в 1-й arb на П в т. 2 | Р—I-й arb |
| | Л | en face Л glissade в сторону в V П впереди | Р—I—I |
| 3 | Л | cabriole в 1-й arb на П в т. 2 | Р—I-й arb |
| | Л | Л coupé сзади | |
| 4 | Л | tour sissonne tombé в т. 2, закончить П sissonne temps levé в 1-й arb в т. 2 в V Л впереди croisé | Р—I—I-й arb Р—Пп |
| 1—4 | | Повторить всю комбинацию с другой ноги | |

ТРЕТЬЕ УПРАЖНЕНИЕ

| 16 | 3/4 | V П впереди croisé | Р—Пп |
|-----|-----|--|---|
| 1—2 | | П sissonne tombé eff вперед с поворотом налево в т. 8 | Л—I, П—I |
| 3—4 | | Л coupé сзади — temps levé во 2-й arb П chassé в сторону в т. 4 grand foulé sauté en tournant в att croisé на П | Р—2-й arb Р—I allongé Р—I—III |
| 1—4 | | Повторить комбинацию с другой ноги закончить в att croisé на Л | |
| 1—2 | Л | П riqué назад, Л développé croisé вперед | Р—I; Л—I—III, П—I |
| 3—4 | Л | tombé П glissade вперед в т. 2 grand jeté pas de chat | Р—I Р—Пп Р—I, П—I—III, Л—I allongé |
| 1—2 | | повторить glissade, grand jeté pas de chat | |
| 3—4 | | П sissonne tombé eff вперед cabriole в 1-й arb на П в т. 2 бег в т. 2 | Р—I—I-й arb |

ЧЕТВЕРТОЕ УПРАЖНЕНИЕ

| | | | |
|-----|-----|--|-------------------------------|
| 16 | 3/4 | IV Л pointe tendue croisé вперед (движение по диагонали 6—2) | P—II занижена |
| 1 | | Л шаг-coupé вперед П cabriole eff вперед tombé pas de bourrée | P—I П—III, Л—II P—II—Пп |
| 2 | | повторить 2 раза cabriole, tombé pas de bourrée | |
| 3—6 | | | |
| 7 | | П glissade на полупальцах вперед в т. 2 в | П—III, Л—II allongé |
| 8 | | V Л впереди croisé en face Л chassé в сторону в т. 7а | P—II allongé |
| 1—4 | | saut de basque на П 2 chainés в т. 7а Л chassé в сторону в т. 7а | Л—I, П—II P—II allongé |
| 1—4 | | Повторить saut de basqué и chainés закончить во 2-й arb à terre на П в т. 2 | P—2-й arb |

ПЯТОЕ УПРАЖНЕНИЕ

| | | | |
|-----|-----|---|---------------|
| 16 | 3/4 | IV Л pointe tendue croisé вперед (движение по диагонали 6—2) | P—II занижена |
| 1—2 | | П glissade вперед pas de zephir в 1-й arb на П | P—III—1-й arb |
| 3 | | П relevé | |
| 4 | | failli | P—4-й arb |
| 1—2 | | П glissade вперед pas de zephir в 1-й arb на П | P—III—1-й arb |
| 3 | | П relevé | |
| 4 | | Л chassé в сторону в т. 6 | P—II allongé |
| 1—2 | | grand fouetté sauté en tournant в 3-й arb на Л в т. 2 | P—3-й arb |
| 3 | | П coupé сзади | |
| 4 | | Л rique вперед в 3-й arb в т. 2 П chassé в сторону в т. 6 | P—II allongé |
| 1—2 | | grand fouetté sauté en tournant в 1-й arb на П в т. 2 | P—1-й arb |
| 3 | | 3 temps glissés в 1-й arb с продвижением назад | |
| 4 | | П relevé | |

ШЕСТОЕ УПРАЖНЕНИЕ

| | | | |
|-----|-----|---|--|
| 16 | 3/4 | IV Л pointe tendue croisé вперед (движение по диагонали 6—2) | P-II занижена |
| 1—2 | | П glissade вперед grand jeté во 2-й arb на П | P—I—2-й arb |
| 3—4 | | П glissade вперед grand jeté в 3-й arb на Л | P—I—3-й arb |
| 1—2 | | П glissade вперед grand jeté в 1-й arb на П | P—I—1-й arb |
| 3 | | П relevé | |
| 4 | | Л chassé в сторону в т. 6 | P-II allongé |
| 1—4 | | jeté entrelacé в 1-й arb на П в т. 2 Л chassé в сторону в т. 6 jeté entrelacé в 1-й arb на П в т. 2 | P—I-й arb P-II allongé P—I-й arb |
| 1 | | П relevé | |
| 2 | | failli в IV Л впереди croisé | P—3-й arb |
| 3 | | 2 pirouettes en dh в IV в т. 2 | P-II занижена |
| 4 | | пауза | |

СЕДЬМОЕ УПРАЖНЕНИЕ

| | | | |
|-----|-----|--|-----------------------|
| 16 | 3/4 | IV П pointe tendue croisé вперед (движение по диагонали 6—2) | П—I, Л—II |
| 1—2 | | pirouette en dh с dégagé, закончить П développé écarté вперед 90° | П—III, Л—II |
| 3—4 | | tombé, pas de bourrée в IV Л впереди grand jeté pas de chat, закончить Л | P—II—I |
| | | plié, П sur le cou-de-pied сзади croisé | П—III, Л—I allongé |
| 1—2 | | pas de bourrée en tournant, закончить П plié, Л sur le cou-de-pied сзади croisé | П—I |
| 3 | | Л piqué назад, П développé croisé вперед | П—I, Л—III, |
| 4 | | tombé | П—II |
| 1—2 | | pas de bourrée вперед в т. 8 grand jeté в att croisé | П—I, Л—III, П—II |
| 3 | | Л шаг-coupé вперед в т. 8 grand jeté в att croisé | П—II П—I—I |

| | | | |
|-----|---|--|----------------------------------|
| 4 | | Л шаг-coupé вперед в т. 8 grand jeté в att croisé | P—I—II |
| 1 | | Л glissade на полупальцах вперед в т. 8 в V П впереди croisé | Л—III, П—I allongé |
| 3—4 | | пауза П sissonne tombé eff вперед Л coupé сзади grand jeté en tournant в att eff на П | П—I, Л—II P—I, Л—III, П—II |
| | ↓ | П relevé | |

ВОСЬМОЕ УПРАЖНЕНИЕ

| 8 | 3.4' | V П впереди croisé (движение по диагонали 6—2) | P—Пл |
|-----|------|--|--------------------------|
| 1 | ↓ | petit pas de basque на П (Л petit développé croisé вперед) | P—I; П—I, Л—II |
| | ↓ | Л шаг вперед | |
| | ↓ | П шаг-coupé вперед | |
| 2 | ↓ | grand pas de basque на Л (П développé eff вперед) | P—I—III |
| | ↓ | П шаг вперед | |
| | ↓ | Л шаг-coupé вперед | |
| 3—4 | | повторить petit и grand pas de basqué | |
| 1 | ↓ | en face П pas de chat в т. 2 закончить Л plié, П sur le cou-de-pied сзади | P—I—III |
| | ↓ | Л relevé, П petit développé в сторону | P—II занижена allongé |
| | ↓ | П tombé вперед в V, Л sur le cou-de-pied сзади | П—I, Л—II allongé |
| 2—3 | | повторить pas de chat и petit développé в сторону с Л, П | |
| 4 | | plié по IV П впереди croisé перейти на Л, П pointe tendue croisé вперед | P—I—II занижена |

ЭКЗЕРСИС НА ПАЛЬЦАХ

ПЕРВОЕ УПРАЖНЕНИЕ

| | | | |
|-----|-----|---|---|
| 8 | 2/4 | V П впереди croisé | Р—Пп |
| 1 | 2 ↘ | П 2 ballonnés eff вперед | Л—I, П—II |
| 2 | ↙ | П sissonne ouverte petit développé écarté назад, закончить в V П сзади croisé | Р—I—II занижена allongé |
| 3 | ↙ | détourné, закончить в V П впереди croisé en face 3 échappés на II, меняя V, закончить в V Л впереди croisé | Р—Пп |
| 4 | 3 ↘ | Л grand sissonne ouverte croisé вперед закончить в V Л впереди croisé | Р—I—II—Пп Р—I, П—III, Л—II Р—II—Пп |
| 1—4 | | Повторить всю комбинацию с другой ноги | |

ВТОРОЕ УПРАЖНЕНИЕ

| | | | |
|-----|-----|---|-----------------------------|
| 8 | 2/4 | V П впереди croisé | Р—Пп |
| 1—2 | 3 ↘ | П 3 ballonnés вперед 90° en tournant en dh в т. 3, 5, 8 | Р—I, Л—III, П—II |
| | ↙ | Л relevé, П passé développé во 2-й arb в т. 8 закончить на plié | Р—I—2-й arb |
| 3 | ↙ | pas de bourrée en dh в V П впереди croisé | Р—I—Пп |
| 4 | ↙ | П double rond de jambe en l'air en dh на 90° écarté вперед закончить в V П сзади croisé на plié relevé | Р—I, П—III, Л—II Р—Пп |
| 1—4 | | Повторить всю комбинацию с другой ноги | |

ТРЕТЬЕ УПРАЖНЕНИЕ

| | | | |
|-----|-----|---|--|
| 16 | 3/4 | IV Л pointe tendue croisé вперед | Р—I скрещены allongé |
| 1—2 | | Л piqué вперед в т. 2 с поворотом en face, П développé в сторону, demi-rond de jambe en dd, закончить П plié, Л sur le cou-de-pied сзади, épaulement croisé Л coupé сзади | Р—II—III allongé Р—I скрещены allongé |

| | | | | |
|-----|---|---|---|---------------------|
| 3 | 2 | 1 | П рикуэ в 3-й arb в т. 8 Л супрэ сзади | P—3-й arb |
| 4 | 2 | 1 | П рикуэ в att croisé | P—I, Л—III, П—II |
| | | 1 | П plié | |
| 1—2 | | | renversé en dh, закончить в V Л впереди croisé на plié | |
| 3 | | | Л скользнуть вперед в т. 7, relevé в 1-й arb, закончить на plié | P—Пп P—I—1-й arb |
| 4 | | | pas de bourrée en dh, закончить Л plié П petit développé croisé вперед | P—Пп—I |
| 1—8 | | | Повторить всю комбинацию с другой ноги | |

ЧЕТВЕРТОЕ УПРАЖНЕНИЕ

| | | | |
|-----|-----|---|-------------------------|
| 16 | 3/4 | IV Л pointe tendue croisé вперед | P—I скрещены allongé |
| 1 | | en face П double rond de jambe en l'air en dd, закончить на 90° | П—III, Л—II allongé |
| 2 | | П tombé вперед в V | П—I, Л—II allongé |
| 3—4 | | Л pointe tendue назад, колено согнуто повторить комбинацию 1—2-го тактов с другой ноги | П—I, Л—II allongé |
| 1—2 | | повторить комбинацию 1—2-го тактов с П закончить П tombé, Л sur le cou-de-pied сзади, épaulement croisé | П—I, Л—II allongé |
| 3 | | pas de bourrée en tournant в V Л впереди croisé | P—Пп |
| 4 | | Л шаг в сторону в т. 6, П pointe tendue croisé впереди | П—I, Л—II |
| 1—3 | | 3 раза pirouette en dh с dégagé на Л в т. 2 закончить П développé écarté вперед | П—III, Л—II |
| 4 | | П tombé вперед в т. 2 soutenu en tournant en dd в V П впереди croisé | P—II allongé P—I—III |
| 1—4 | | повторить комбинацию последних 4-х тактов | |

ПЯТОЕ УПРАЖНЕНИЕ

| | | | |
|-----|-----|---|-----------------|
| 8 | 2/4 | V П впереди croisé | Р—Пп |
| 1 | 1 | Л en face П double rond de jambé en l'air en dh закончить на plié Л pas de bourrée en tournant en dh в V П впереди en face | Р—I—II |
| 2 | 2 | Л double rond de jambe en l'air en dd закончить на plié Л pas de bourrée en tournant en dd закончить en face Л plié, П в сторону 45° 2 раза pas de bourrée en tournant dessous-dessus | Р—I—II |
| 3—4 | | | |
| 1 | 1 | tour fouetté en dh на Л, закончить П tombé вперед в V, Л в сторону 45° tour fouetté en dd на П, закончить Л tombé назад в V, П в сторону 45° | |
| 2—4 | 5 | повторить 2 tours fouettés en dh-en dd, en dh закончить в V П сзади croisé relevé | Р—Пп Р—I—III |

ШЕСТОЕ УПРАЖНЕНИЕ

| | | | |
|-----|-----|---|------------------------------|
| 16 | 2/4 | V П впереди croisé (движение по диагонали 6—2) | Р—Пп |
| 1 | 2 | П 2 ballonnés eff вперед | П—I, Л—I |
| 2 | 1 | Л relevé, П petit développé écarté назад, закончить на plié | Р—I—II заниже- на allongé |
| | 1 | 1 pirouette en dh на Л, закончить Л plié, П sur le cou-de-pied впереди, épaulement effacé | Р—I |
| 3 | 3 | П piqué на plié в 1-й arb в т. 2 | Р—1-й arb |
| 4 | 3 | 3 temps levés на пальцах с продвижением вперед | |
| 4 | 2 | колено П вытянуть, не спускаясь с пальцев пауза | |
| | 1 | Л coupé сзади | |
| 1—4 | | повторить комбинацию 1—4-го тактов закончить relevé по V Л впереди croisé | |
| 1—8 | | Повторить всю комбинацию с другой ноги | |

СЕДЬМОЕ УПРАЖНЕНИЕ

| | | | |
|-----|-----|---|-----------|
| 8 | 2/4 | IV П pointe tendue croisé вперед (движение по диагонали 6—2) | П—I, Л—II |
| 1—2 | 3 | 3 раза pirouette-piqué en dd на П 2 pirouettes-piqués en dd на П | |
| 3—4 | 3 | 3 раза pirouette en dh с dégagé на Л 2 pirouettes en dh с dégagé | |
| 1—4 | | Повторить всю комбинацию закончить в IV в т. 2 | P—3-й arb |

ВОСЬМОЕ УПРАЖНЕНИЕ

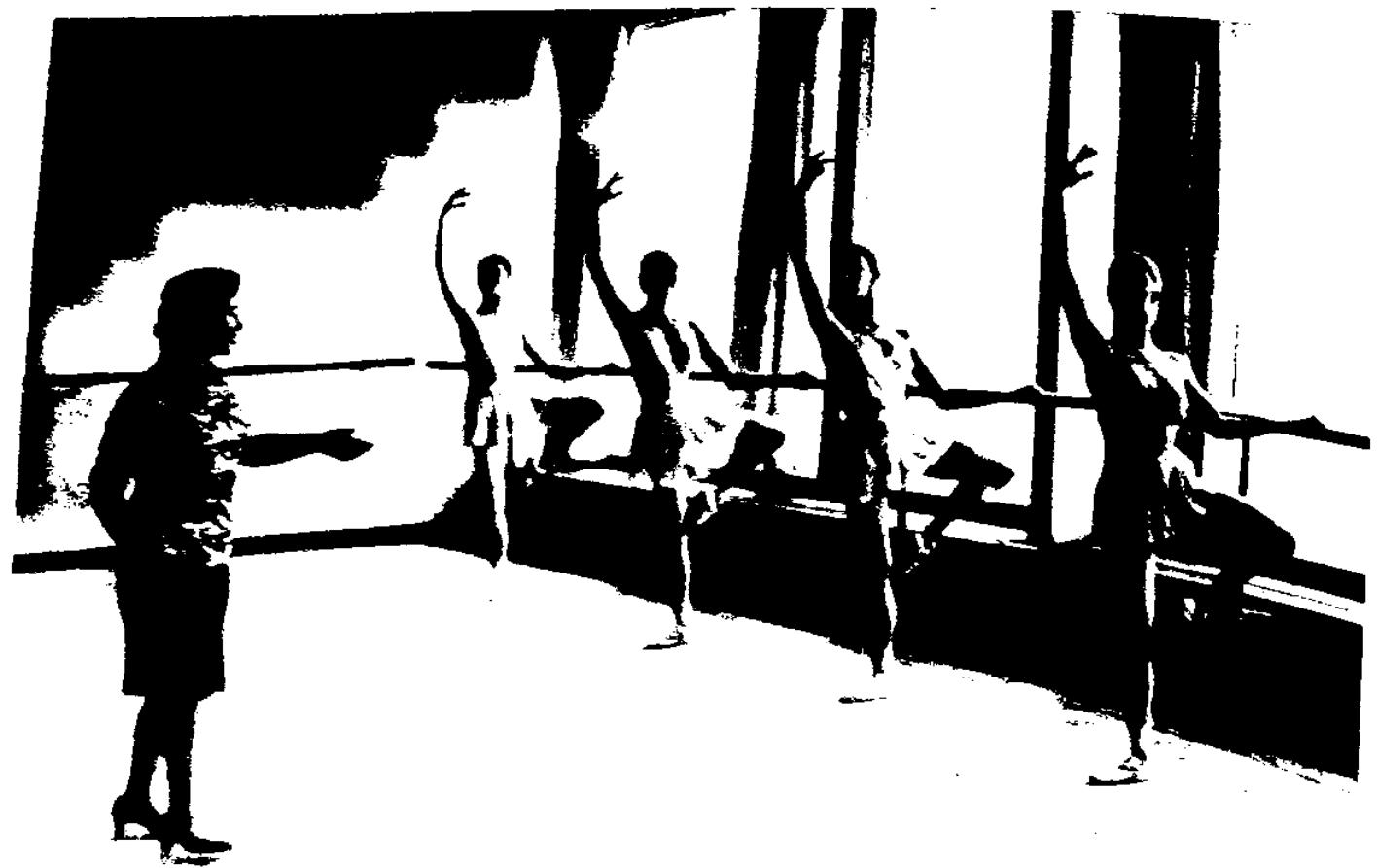
| | | | |
|------|-----|-----------------------------------|-----------|
| 12 | 2/4 | IV Л впереди en face | P—3-й arb |
| 1—12 | | 24 tours fouettés, закончить в IV | P—II |

ДЕВЯТОЕ УПРАЖНЕНИЕ

| | | | |
|------|-----|--|-----------|
| 16 | 2/4 | IV П pointe tendue croisé вперед (движение по кругу из т. 7а—8а) | П—I, Л—II |
| 1—16 | | 32 pirouettes-piqués en dd на П закончить 2-й arb à terre на П в т. 2 | P—2-й arb |



С. Н. Головкина с ученицами

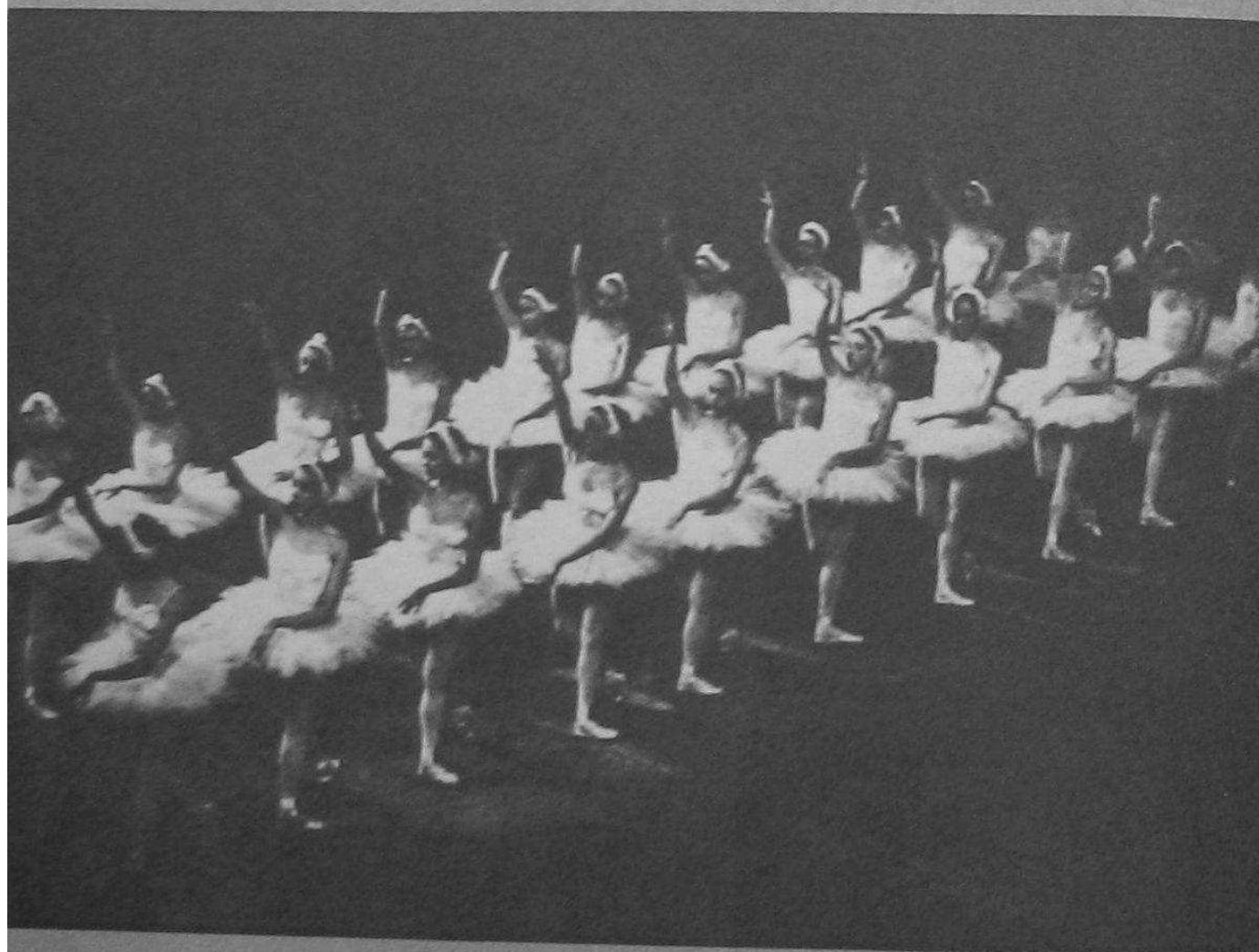


На уроке



Экзамен







С. Н. Головкина со своими выпускницами Н. Бессмертновой
и Н. Сорокиной (справа)





Н. Бессмертнова — Жизель



Н. Сорокина в балете «Шопениана»

М. Леонова — Аврора





А. Михальченко — Китри



С. Н. Головкина со своей
ученицей Э. Лузиной

Э. Лузина — Коппелия



Содержание

| | |
|---|-----------|
| Методические принципы построения уроков. | 3 |
| Принципы записи уроков | 12 |
| Краткий словарь терминов классического танца | 17 |
| Уроки классического танца 1 курса | 32 |
| Уроки классического танца 2 курса | 87 |

Софья Николаевна Головкина

Уроки классического танца в старших классах

Редактор М. М. Сингал

Художник В. К. Завадовская

Художественный редактор М. Г. Егиазарова

Технический редактор Л. В. Порхачева

Корректоры Т. И. Иванова, А. С. Назаревская

И. Б. № 2717

Сдано в набор 17.09.87. Подписано в печать 17.10.88. А. 06807. Формат 70x90 / 16.
Гарнитура журнальная рубленая. Офсетная печать. Бумага офсетная. Усл. печ. л.
11,7. Усл. кр.-отт. 23,99. Ул.-изд. л. 8,168. Изд. № 4188. Тираж 20 000. Заказ 1384.
Цена 30 к.

Издательство „Искусство“, 103009, Москва, Собиновский пер., 3.

Отпечатано с набора ПИК ВИНИТИ г. Люберцы в Московской типографии № 6
Госкомпечати СССР, 109088, Москва, Ж-88, Южнопортовая ул., 24.



30 K.

