

AKADEMIE MÚZICKÝCH UMĚNÍ V PRAZE
HUDEBNÍ A TANEČNÍ FAKULTA

MAGISTERSKÁ PRÁCE

PRAHA 2016

BCA. ADÉLA JUDASOVÁ

AKADEMIE MÚZICKÝCH UMĚNÍ V PRAZE

HUDEBNÍ A TANEČNÍ FAKULTA

Taneční umění

Pedagogika tance

MAGISTERSKÁ PRÁCE

**Osnovy pro repertoár klasického tance
osmileté taneční konzervatoře pro dívky**

BcA. Adéla Judasová

Vedoucí práce: MgA. Adéla Pollertová

Oponent práce: Mgr. Mahulena Křenková

Datum obhajoby: 13. 9. 2016

Přidělovaný akademický titul: MgA.

Praha, 2016

AKADEMY OF PERFORMING ARTS IN PRAGUE

MUSIC AND DANCE DEPARTMENT

Dance art

Dance pedagogy

MASTER THESIS

**Curriculum of classical dance
eighth-years dance conservatoire for girls**

BcA. Adéla Judasová

Suprvisor: MgA. Adéla Pollertová

Opponent: Mgr. Mahulena Křenková

Date of defence: 13. 9. 2016

Awarded degree: MgA.

Praha, 2016

Prohlášení

Prohlašuji, že jsem bakalářskou/magisterskou/disertační práci na téma

vypracoval(a) samostatně pod odborným vedením vedoucího práce a s použitím uvedené literatury a pramenů.

Praha, dne

.....
podpis diplomanta

Upozornění

Využití a společenské uplatnění výsledků diplomové práce nebo jakékoliv nakládání s nimi je možné pouze na základě licenční smlouvy, tj. souhlasu autora a AMU v Praze.

Abstrakt:

Magisterská práce se zabývá doporučenými osnovami repertoáru klasického tance pro státní taneční konzervatoře. Na základě metodických osnov pro jednotlivé ročníky je zde vypracován seznam variací, které jsou doporučené a vhodné pro výuku v daném ročníku.

Klíčová slova:

Osnovy, metodika klasického tance, repertoár klasického tance, balet, taneční konzervatoř.

Abstract:

Diploma thesis deals with curriculum repertoire of classical dance for the conservatories of dance. On the basis of methodological curriculum for each grade level, is the establishment of a sheet of variations which are recommended and suitable for teaching in a given year .

Key words:

Curriculum, Methodology of classical dance, repertoar of classical dance, ballet, conservatory of dance.

Poděkování

Ráda bych poděkovala MgA. Adéle Pollertové za její cenné rady, nápady a připomínky, které mi pomohly tuto práci zkompletovat. Dále bych ráda poděkovala MgA.Barboře Králové za konzultace při tvorbě této diplomové práce a především mému snoubenci Bc. Martinovi Koubkovi za morální podporu.

Obsah

1. Úvod	1
2. Význam repertoáru klasického tance	3
3. Základní etapa	11
3.1. I. ročník	11
3.2. II. ročník.....	16
4.1. III. ročník	20
4.2. IV. ročník	23
5. Vyšší etapa	31
5.1. V. ročník.....	31
5.2. VI. ročník	38
6. Závěrečná etapa.....	47
6.1. VII. a VIII. ročník	47
6.1.1. VII. ročník.....	47
6.1.2 . VIII. ročník	55
7. Závěr	65
8. Seznam použité literatury	66
9. Přílohy	71

1. Úvod

Repertoár klasického tance, vrcholná forma klasického tance obohacená o nedílnou scénickou úpravu špičkové techniky je jednou z nejdůležitějších dovedností umění každého tanečníka, který chce svůj život zasvětit scéně klasického tance v různých divadlech světa. V současné době není možno na akademické půdě evidovat zcela exaktně zpracovaná hmotná psaná pravidla a osnovy, které by mohly sloužit pedagogům jako inspirační zdroj pro hodiny repertoáru klasického tance.

Na konzervatoři jsem si často kladla otázku, proč se mám učit variace na špičkách s prvky, které jsme v hodinách klasického tance ještě neprobírali. Typickým příkladem je variace *Amora* z baletu *Don Quijote*, která se vyučuje ve 3. ročníku státní konzervatoře. Tato variace se skládá z prvků (rozšvihnuté pas de chat, petit pirouettes en dedans provedené přes degagé po diagonále z bodu č. 2 do bodu č. 6 zakončené 1,5 pirouettes en dedans), které se dle osnov klasického tance probírají až ve 4. ročníku. Tyto prvky se učí záměrně až ve vyšších ročnících, protože těla žáků ještě nejsou zcela připravena na svalovou a koordinační zátěž, kterou tyto prvky bezpochyby vyžadují. Pohyby sice mohou jevit vizuálně dobře, máme-li disponované děti, ale svaly mohou být zcela koordinačně disfunkční. Z kineziologického hlediska mluvíme o slabých svalech, volných vazivových tkáních, které je třeba správně posílit a naučit se s nimi pracovat.

V koncertní praxi scénické se nezabýváme pouze výukou repertoáru. Každou hodinu bychom měli ve všech ročnících osmiletého studia začínat krátkými etudami (kombinacemi), které dívky rozehrějí a procvičí látku sur les pointes daného ročníku. Ideálně by pedagogové měli zařadit do enchaînement těžší prvky z variací či delší úseky, aby si dívky osvojily návaznost nových prvků v nejrůznějších kombinacích. Etudy by měly korespondovat s hudbou a zahrnovat nástupy a odchody ze scény či jednotlivých formací.

U každého ročníku vybírám modelové variace, sborové scény a u vyšších ročníků i tance s partnerem, které podrobněji rozebírám a uvádím příklady enchaînement, které korespondují s danou choreografií a vyučují prvky použité v konkrétním tanci. Dále pak doporučuji další možný repertoár, který je v souladu s osnovami jednotlivých ročníků státních konzervatoří.

Cílem této práce je nejen sepsat osnovy repertoáru klasického tance pro dívčí třídy, upozornit na důležitost enchaînement ve výuce, ale i inspirovat pedagogy ve výběru variací a sborových scén nejen z klasických baletů v jednotlivých ročnících státních tanečních konzervatoří. Tyto osnovy jsou velmi orientační. Všechny variace lze zařadit do výuky dříve či později. Záleží vždy na technických dovednostech a náročnosti variace (některé variace mají několik verzí dle technické náročnosti). Nejde tedy exaktně vymezit členění variací do jednotlivých ročníků.

Jsem si vědoma důležitosti výuky chlapeckých a pánských variací repertoáru klasického tance, nicméně ve své práci se budu specializovat pouze na výuku dívek.

2. Význam repertoáru klasického tance

Význam repertoáru klasického tance se jeví jako zdánlivě jednoduchá otázka, má však mnohem hlubší význam, než by se zprvu zdálo. Tanečníci se nejprve musí seznámit s náležitostmi a osvojit si pravidla jeviště, než dostanou možnost interpretovat své rozvinuté dovednosti. Jeviště může přinášet mnohé úspěchy, a proto je třeba se k němu patřičně chovat a respektovat všechna nepsaná pravidla.

První ročník je tím nejdůležitějším pro motivaci dětí k tanci a baletu vůbec. V prvním ročníku je potřeba exaktně studenty seznámit s jevištěm, jeho zákonitostmi a probudit v nich touhu prezentovat se na prknech, která znamenají svět. Začátky bývají zpravidla těmi nejtěžšími, a proto je velmi důležitá podpora každého z žáků a hlavně velmi individuální a soustavná motivace. V tomto ročníku by se pedagogové měli zaměřit výhradně na sborové tance, založené na prostorovou orientaci, např. základní geometrické obrazce v kombinaci s chůzí a během. První pololetí se zaměřujeme na posílení chodidel. Techniku na špičkách zařazujeme výhradně do druhého pololetí.

Pedagogové by studenty měli seznámit s nepsanými pravidly chování a důkladně jim explikovat důležité pojmy, bez kterých se v tanečním světě neobejdou.

- **Explikace pojmu jeviště**

„Jeviště je určený prostor pro představení v divadle. Slouží jako prostor pro účinkující (konferenciéry, hudebníky, zpěváky, tanečníky, herce, artisty apod.). V některých případech mohou být jeviště pohyblivá, mohou mít i kruhový tvar připomínající klasickou cirkusovou manéž, kdy diváci sedí v kruhu okolo jeviště. V klasických kamenných divadlech bývá technický prostor nacházející se nad jevištěm označován za provaziště, které je primárně určeno pro provoz jevištní techniky. Rám jevištního obrazu se nazývá portál. Součástí portálu je pak opona, která se může otevírat do stran či vytahovat nahoru. Po stranách jeviště jsou portály, kterými se dá vcházet a rovněž opouštět jeviště. Ve spodním a horním obvodu jeviště se nachází horní a dolní rampa. Velká divadla určená pro balet, operetu, muzikál a operu mívají mezi jevištěm a hledištěm speciální

*prostor určený pro divadelní orchestr, zvaný orchestríště. Předscéna, čili proscénium, divadelním slangem též forbína, je v základním smyslu slova část jeviště před oponou, mezi oponou a hledištěm, případně orchestríštěm. Jedná se tedy o přední okraj jeviště, který se nachází nejbliže divákům.*¹

- **Nepsaná pravidla chování v zákulisí**

Zakulisí je prostorem pro přípravu před uměleckým výstupem. Účinkující se zde potřebují maximálně soustředit na své výkony.

Do zákulisí vstupujeme zpravidla v tichosti, s pokorou, úctou a zcela připraveni na představení (upravení – líčení, kostým, obuv). Nezdržujeme se v tomto prostoru déle než je nutné, abychom nepřekáželi a znemožnili tak například vstup jiným tanečnickům na jeviště. Tím se tedy míní, že po svém výstupu opouštíme zákulisí zcela v klidu a v naprosté tichosti.

- **Motivace**

„Motivace je jedním ze základních psychických procesů. Jedná se o vnitřní pohnutku, která podněcuje jednání člověka. Motivace může být aktivována pomocí různých stimulů (stimulačních či aktivizačních faktorů) a úzce souvisí s výkonností člověka. Pro pedagoga je velmi důležité zažehnout v dětech vášeň a lásku k tanci. Motivovat je pomocí knih, videí či příběhů slavných tanečníků. Ideálně by každé dítě mělo mít svého tanečního "boha", ke kterému bude vzhlížet a bude se snažit vypadat jako on či ona. Všechny děti jsou zpravidla velmi zvědavé, a proto je potřeba na ně správně pedagogicko-psychologicky zapůsobit.”²

- **Propojení praxe s dějinami tance a baletu**

Neustále musíme vše dětem připomínat a vštěpovat jim nedílnou součást brilantního provedení variací - hereckou práci a schopnost tancem vyjádřit širokou škálu emocí. K tomu nám perfektně poslouží dějiny tance a baletu. Skrze děje jednotlivých mistrovských děl můžeme studentům vysvětlit, o čem tančí a jakou formu jednotlivé balety vyžadují.

¹ <https://cs.wikipedia.org/wiki/Jevišťe>

² <https://managementmania.com/cs/motivace-a-motivovani>

- **Explikace úpravy špiček**

Obuv, kterou nejvíce využívají v baletu dívky i dámy, se nazývají baletní špičky, též baletní střevíce. Špičky byly vytvořeny na základě přání tanečnic a jejich neskonale touhy po beztlížném stavu. Špičky většinou nosí jen tanečnice, i když existují i balety, ve kterých nosí špičky i muži. Existují také ryze mužské baletní soubory (například Les Ballets Trockadero), kde členy souboru jsou pouze muži, kteří tančí i ženské role světových baletních titulů. Kdysi byli chlapci stavěni na špičky fakultativně za účelem posílení svalů a zejména pak svalů a vazů v oblasti kotníků, dnes můžeme vidět představení, kde si muži obouvají baletní špičky zcela záměrně. „*Baletní špička je saténový střevíček tělové barvy (dají se pořídít i jiné), s vyztuženou špičkou. Zpevněná špička je tvořena slisovanými látkami, potažena plátnem a zabalena do saténu. A podrážka je kožená.*“³

Historie špiček spadá do 18. století, kdy se dívky a dámy pouze vyhouply na špičky chodidel jen na několik málo vteřin při přebězích scény. Až v roce 1823 se poprvé postavila na špičky prstů Amalie Brugnoliová a za necelých deset let poté jedna z nejslavnějších balerín Marie Taglioni (1804-1884) použila špičkových střevíců v baletu *La Sylphide* a předváděla již technickou dovednost. Nejprve se jednalo o nevyztužené špičky, později zcela vyztužené baletní střevíce. Tanec na špičkách se stal symbolem nejvyšší techniky ženského tance. Ve druhé polovině 19. století zachází zbožňování ženských baletních hvězd tak daleko, že ženy tančí i mužské role – sestry Fanny a Tereza Elsslerovy. Prudce vzrůstala technika špičkového tance a bezmezná uctívání hvězd vedlo koncem 19. století k úpadku baletního umění. Balet sloužil jen k předvedení brilantní špičkové techniky a půvabu jednotlivých baletních hvězd.

Předtím, než si baleríny obují své střevíčky, musí si je velmi dobře připravit. Baletní špičky jsou zcela stejné, tedy pravou a levou botu si určuje každá balerína dle své úpravy.

³ https://cs.wikipedia.org/wiki/Baletn%C3%AD_špičky

Úprava špiček:

1. Pata - Dovnitř špičky našíváme plochou gumičku (3 cm – 5 cm), která drží patu baletní špičky na noze. Některé tanečnice ji vůbec nepoužívají, jiné bez ní nemohou tančit. Délku gumičky změříme dle obvodu kotníku a přišíjeme konce na vnější strany švu na patě baletní špičky.
2. Tkaloun - Tkalouny se dávají k některým špičkám automaticky a k jiným ne. V případě, že je musíme koupit, hledáte saténovou stuhu cca 1,5 cm širokou, tělové či světle růžové nebo lososové barvy. Délka tkalounů je rozdílná. Vnitřní tkaloun musí být zpravidla delší, doporučená délka je od klenby k lýtku z vnitřní strany. Z vnější o trochu kratší. Pro přesnou délku je nejlepší si změřit délku dle následného vázání. Kraje tkalounů se musí opálit nebo natřít bezbarvým a matným lakem na nehty, aby se jejich konce netřepily. Jeden kraj každého tkalounu pak dvakrát zahneme cca 0.3 - 0.5 cm a zašíjeme. Připravený tkaloun pak přišíjeme na jednu vnitřní stranu baletního střevíce a následně stejnou metodou přišíjeme druhý tkaloun na stranu protější. Tkalouny pak vážeme do kříže. Některé tanečnice vážou nejprve vnější tkaloun a přes něj vnitřní tkaloun z důvodu lépe zpevněné klenby. Avšak z estetického hlediska je lepší vázat první vnitřní tkaloun a pak vnější tkaloun. Tkalouny zavážeme do uzlíku na vnitřní straně nohy a uzlík schováváme pod tkalouny do jamky mezi Achillovou patou a kotníkem.
3. Střed klenby – Připravené tkalouny našíváme dovnitř špiček, cca 1cm. Přesné místo našít tkalounů získáme následně. Pata špičky se ohne dovnitř špičky a tam, kam dosáhne, má začínat tkaloun.
4. Vložka – Tanečnice s extrémně velkým nártem odstraňují až polovinu vložky kvůli lepší plasticitě chodidel. Tanečnice s malým nártem vložku v polovině lámou v ruce, protože nemají tak pevné nártu, aby se na plošky špiček vůbec dostaly.
5. Věčko – Tanečnice s problematickými haluxy si mohou nastříhnou až 2 cm věčka, čímž se jim špička do šířky roztáhne a následně ji musí zašít osmičkovým volným stehem 3 – 5 cm, aby se mohly opřít do nártu a získaly tak lepší stabilitu. Tanečnice, které přepadávají z plošek díky velkému nártu, si mohou také špičku zašít osmičkovým volným stehem 2 – 3 cm, ale nic nenastříhávají.

6. Hlavička špičky – Tanečnice s malým nártem kladivem rozbijí polovinu hlavičky špičky (od véčka směrem dolů), kvůli plasticitě chodidel a následně je na noze malinko namočí, aby se špička vytvarovala dle jejich chodidel.
7. Ploška špičky – Některé tanečnice odstřihávají satén z plošky z bezpečnostních důvodů. Saténová ploška může dost klouzat. Plošku špičky pak obšíváme po obvodě růžovou balnkou v barvě špiček. Zvětší se tak plocha, na které lze tančit.
8. Podrážka – Pokud je podrážka tvrdá a lesklá, musí se zbrousit speciálním kartáčkem na baletní špičky, aby byla měkčí a plastičtější při tanci.

Nezbytně důležité je seznámit studentky s přípravou před samotným tancem na špičkách. Před výukou špičkové techniky zařazujeme různá cvičení u tyče i na volnosti pro dostatečné posílení svalů a vazů zejména v oblasti kotníků.

Exercice à la barré

- Příprava na trénink špičkové techniky

Než začneme s dětmi probírat prvky sur les pointes, je nezbytné patřičně posílit a vypracovat svaly a vazy kotníků. Pomocí jednoduchých cvičení (plié, relevé na dvou nohách i jedné), docílíme zpevnění a posílení chodidel.

- Správné postavení chodidel ve špičkách.

Velmi důležité je dbát na správné postavení chodidel ve špičkách. Pokud zanedbáme již v počátku tento důležitý požadavek, děti si ho špatně osvojí a přeučení může být velkým problémem, někdy i neodstranitelným.

- Plasticita chodidel v tanci ve špičkách.

Aby dívky nepadaly z plošky špičky na celé chodidlo, je nutné vyučit exaktní a jemnou práci chodidel ve špičkách. Jednoduchým cvičením za pomalého rolování docílíme plynulého výstupu z celého chodidla přes pološpičku až na samotnou plošku špičky. Z estetického hlediska zabráníme krkolomnému vskoku na špičky u prvků a neméně důležitému hluku, který mohou dívky způsobovat při sejítí z plošky špičky na chodidlo.

Exercice au milieu

- Orientace v prostoru a na jevišti – 8 bodů

Klasický tanec vyžaduje ke svému provedení taneční prostor, jeviště a prostor pro diváka, hlediště. Z tohoto pohledu je třeba pro usnadnění orientace tanečníka členit taneční prostor (scénu, jeviště) na body. Používáme osm prostorových bodů. Z tohoto členění vycházíme i při cvičení na sále a u tyče. Orientace udává myšlený čtverec kolem tanečníka.

- Útvarové obrazce – kruh, diagonály, řady, průplety, prolínání
- Příchod a odchod z jeviště – chůze, běh
- Chůze, běh
- Port de bras

Nedílnou součástí klasické tance jsou port de bras - tedy cvičení paží, které napomáhají v pohybu tanečnicím a esteticky doplňují pohyby. Vedení horních končetin podle principů klasického tance s koordinací pohybů hlavy, trupu a nohou. Klasický tanec používá šest pevně určených forem port de bras.

Označení pozic paží podle A. J. Vaganovové⁴:

Přípravná poloha - paže jsou zaoblené v předpažení, vzdálené od těla cca 10 cm, vzdálenost mezi prsty je rovněž cca 10 cm.

První pozice - paže zachovávají stejné držení, ale paže jsou zvednuty před tělo na úroveň pasu, dlaně jsou naproti hrudníku. Nácviková forma je mírně zvýšená.

Druhá pozice - paže jsou zaoblené v rozpažení, lokty jsou nadzvednuty, nadloktí směřují mírně vpřed na úrovni přední stěny hrudníku. Paže jsou na úrovni pasu. Zachováváme linii „stékání vody“. Nácviková forma je ve výšce hrudníku, nikdy nad rameny.

Třetí pozice - paže jsou zaobleny ve vzpažení, dlaně jsou nad čelem – při vzhlednutí vidíme do dlaní.

• ⁴ VAGANOVÁ, Agripina Jakovlevna. Základy klasického tance. SPN Praha, 1977.

Ostatní polohy jsou odvozeny z těchto základních pozic, a proto je Vaganovová číselně neoznačuje.

Označení pozic dle N. I. Tarasova⁵:

První pozice = přípravné poloze dle Vaganovové.

Druhá pozice = první pozici dle Vaganovové.

Třetí pozice = třetí pozici dle Vaganovové.

Čtvrtá pozice = jedna horní končetina ve 3. pozici, druhá horní končetina je v 1. pozici dle Vaganovové.

Pátá pozice = jedna horní končetina je ve 3. pozici, druhá horní končetina je v 2. pozici dle Vaganovové.

Šestá pozice = jedna horní končetina je v 1. pozici, druhá horní končetina je v 2. pozici dle Vaganovové.

Sedmá pozice = druhé pozici dle Vaganovové.

Pozice 1.,2.,3.,7. jsou základní symetrické, pozice 4.,5.,6. jsou odvozené asymetrické.

Označení pozic dle E. Cecchettiho⁶:

První pozice = přípravné poloze dle Vaganovové, ale paže nejsou před tělem, nýbrž se lehce dotýkají vnější strany stehů.

Druhá pozice = 2. pozice dle Vaganovové, paže směřují přesně stranou a mají zcela nepatrné zaoblení.

Třetí pozice = jedna horní končetina je v přípravné poloze a druhá horní končetina je ve snížené 2. pozici dle Vaganovové.

Čtvrtá pozice = a) en haut – jedna horní končetina je ve 3. p., druhá horní končetina je v 2. pozici dle Vaganovové (5. pozici dle Tarasova).

⁵ TARASOV, Nikolaj Ivanovič. Klasický tanec, SPN Praha, 1983. 319s.

⁶ BEAUMONT Cyril W., IDZIKOWSKI Stanislas. The Cecchetti Method of Classical Ballet: Theory and Technique. Dover Publications, 2003. 252s. ISBN 10-0486431770.

b) en avant – jedna horní končetina je v 1. p., druhá horní končetina je v 2. p. dle Vaganovové (6. p. dle Tarasova).

Pátá pozice = obě paže jsou hodně zaobleny, prsty se téměř dotýkají:

en bas – přípravná poloha dle Vaganovové

en avant – 1. pozice dle Vaganovové

en haut – 3. pozice dle Vaganovové

Současné označení pozic port de bras pro symetrické držení paží používáme číslování pozic podle Vaganovové – 1., 2., 3. pozice a pro asymetrické držení paží používáme termín pozice a číslování dle Tarasova 4., 5., 6. pozice.

Správné držení paží je podmíněno správným držením těla a komplexní činnosti svalů horních končetin a pletence ramenního. Obecně se dá říct, že italská škola má pozice protažené a paže směřují přesně stranou. Naopak francouzská škola má polohy paží uvolněné, ve 2. p. lokty směřují k zemi a jsou přesně stranou.

Zaoblené pozice nazýváme arondie, allongé jsou odvozeny z příslušných pozic zaoblených jejich protažením a pootočením zápěstí a dlaní do osy paže.

- Principy držení hlavy a směřování očí
Základní polohy hlavy vycházejí z předklonu, záklonu, úklonu a obrátů hlavy.
- Postavení épaulement ⁷
Umístění ramen, hlavy a těla při pohybu, kterým se tanečník lehce otáčí k publiku nebo se od něj odklání.

⁷ <http://baletky.webgarden.cz/rubriky/galerie/baletni-terminologie-d-f>

3. Základní etapa

„Někteří lidé si myslí, že dobrým tanečníkem se musíte narodit, ale všichni dobří tanečníci, které znám, se museli učit a tvrdě trénovat.“ Fred Astaire⁸.

Základní etapa je tou nejnáročnější. Jak je v práci uvedeno výše, je velmi důležité probudit v dětech touhu po pohybu a lásku k tanci. Balet je pro svou specifickou techniku a až extrémní náročnost jednou z nejnáročnějších disciplín tance a umění vůbec, které lze ztvárňovat. Mluvíme tedy o zátěži především na psychickou dospívajícího jedince. Je proto nesmírně důležité, aby se studenti chtěli sami vzdělávat v takto speciálním odvětví tance a netrápili se jen kvůli přáním rodičů, prarodičů či někoho jiného. Pedagog by měl individuálně přistupovat ke každému ze studentů, byť je to velmi náročné, a případné negativní motivace, proč student je na této výběrové škole, odhalit a pracovat s nimi. Neméně důležitá je komunikace vzdělávací instituce s rodiči či zákonnými zástupci. Úzkou a intenzivní spoluprací mohou pedagogové společně se zákonnými zástupci vytvořit dítěti ideální prostředí pro dobré vzdělávání a zasloužené výsledky.

3.1. I. ročník

V prvním ročníku osmiletého studia na umělecké výběrové škole - konzervatoři, vyučujeme exaktně základy techniky klasického tance. Věnujeme se výhradně elementárním prvkům, které ve vyšších ročnících rozvíjíme. Zaměřujeme na správně postavení těla, vypracování svalů a vazů. Cílem výuky prvního ročníku by mělo být exaktní vyučení základním prvkům v elementární podobě a zejména kognitivnímu pochopení jejich provedení. Pokud si studenti osvojí správné provedení základních prvků, můžeme na těchto základech postupně stavět špičkovou techniku a především předejdeme tak závažným úrazům, které mohou pramenit ze špatného provedení prvků.

Velmi pomalé tempo a časově dlouho trvající část hodiny strávená cvičením u tyče může studenty všeobecně nudit. Prvky je nutno procvičovat separátně a v kombinaci pouze s dalším prvky (např. plié). To se pochopitelně

⁸ <https://www.zena.cz/citaty-o-tanci/r~i:wiki:4210/>

může změnit po pár měsících dle schopností studentů. Proto je důležité, aby pedagog děti správně motivoval a zaujal je svým projevem a pestrou výukou.

Doporučený repertoár klasického tance

„Tanec je pro každého. Věřím, že tanec vychází z člověka a vždy se zase k lidem vrací.“ Alvin Ailey⁹.

V prvním ročníku je nezbytně důležité exaktně vyučit baletní chůzi a běhu zejména ve špičkové obuvi. Dívky by si měly osvojit baletní střevíce jako "druhou kůži". V kombinacích by se pedagogové mohli zaměřit na chůzi, běh, pas polku, polonézový krok, pas de bourre suivi, pas couru a pas de bourre simple.

Sborové tance:

První ročník vyžaduje speciálně choreograficky zpracované sborové tance, zaměřené výhradně na orientaci na jevišti. Jedná se tedy o valčíky, pas polky, polonézy s širokou škálou geometrických obrazců, průpletů s použitím chůze a běhů. Sborový tanec může být proveden na pološpičkách a v druhém ročníku i na špičkách (zaleží na schopnostech studentů). Velmi důležitá je zde kompaktnost sboru. V tomto ročníku se nedoporučuje upřednostňovat schopnější či talentovanější studentky. Sólistky a demisolistky se budou profilovat až ve vyšších ročnících. Pro inspiraci uvedu pár příkladů:

- *Polonéza* – 0:50 – 2:15 – pouze dívky.

Zde můžeme vidět různé geometrické obrazce, prolínání a průplety, které dívky ztvárňují za pomoci běhů či specifického kroku polonézy.

<https://www.youtube.com/watch?v=5mHGU6FcaDA> - 5. května 2016

Enchaînement:

Výuka prolínání polonézovým krokem po diagonále z bodu 6 do bodu 2 a z bodu 4 do bodu 8. Dívky rozdělíme ideálně na polovinu, aby začínaly z protějších bodů. V etudě je popsána pouze levá část sboru. Cvičení je zaměřeno na orientaci v prostoru a polonézový krok.

⁹ <http://baletky.webgarden.cz/levy-sloupec/citaty/citaty-o-baletu-a-tanci>

$\frac{3}{4}$ takt (dále je T)

Dívky začínající z pohledu diváka v pravém rohu vzadu, pro tanečnický z bodu číslo 6 mají výchozí postavení *épaulement croisé V.* pozice, bod číslo 2, hlava vlevo.

2T předehra:

1. T, první $\frac{1}{4}$ a druhá $\frac{1}{4}$: "raz, dva"- demi-plié
třetí $\frac{1}{4}$: "tři" – *relvés V.* pozice, paže 2. pozice *allongé*
2. T, první $\frac{1}{4}$ a druhá $\frac{1}{4}$: "raz, dva" – výdrž *V.* pozice, paže *allongé*
třetí $\frac{1}{4}$: "tři" – levá noha *battement tendu* vpřed, pravá noha provádí *demi-plié*, paže *allongé*.
- 1.T, první $\frac{1}{4}$: krok levou nohou vpřed, paže *allongé*.
druhá $\frac{1}{4}$: krok pravou nohou vpřed, paže *allongé*.
třetí $\frac{1}{4}$: krok levou nohou do *demi-plié*, pravá noha *battement tendu* vpřed, paže *allongé*.
- 2.T, první $\frac{1}{4}$: krok pravou nohou vpřed, paže *allongé*.
druhá $\frac{1}{4}$: krok levou nohou vpřed, paže *allongé*.
třetí $\frac{1}{4}$: krok pravou nohou do *demi-plié*, levá noha *battement tendu* vpřed, paže *allongé*.
- 3.T = 1.T
- 4.T = 2.T
- 5.T : krok levou nohou do *V.* pozice *croisée* bod číslo 2, paže 3. pozice, hlava vlevo.
- 6.T : *pas de bourré suivi* o celý obrat (z *V.* pozice *croisé*, levá noha vpřed do *V.* pozice *effacé*, pravá noha vpřed), paže 3. pozice
- 7.T : *temps levé* v póze 1. *arabesque*, pravá noha odrazová, levá noha kročná, paže v póze 1. *arabesque*
- 8.T : běh do bodu 3, paže *allongé*
- 9.T : postavení *épaulement crosée* bod číslo 2, stojná levá noha, pravá noha *battement tendu derrière*, paže *allongé*

- *Polonéza* – dívky i chlapci.

Hudba libovolná *polonéza*.

Pokud máme heterogenní třídu, můžeme si choreografii obohatit o tanec v párovém držení. Naučíme tak studenty, jak se k sobě chlapec a

dívka mají chovat, a zákonitostem tance v páru – dívka je vždy po pravé straně chlapce.

<https://www.youtube.com/watch?v=wuPq8ZwFhIM> - 5. únor 2016

Enchaînement:

Delší etuda je zaměřena na prostorovou orientaci v párovém otevřeném držení.

$\frac{3}{4}$ takt

Výchozí postavení: třídu rozdělíme na páry, pokud máme chlapce, pak heterogenní nebo jen dívčí. Páry rozdělíme na dvě skupiny. Jedna skupina - začínající z levé strany pohledu diváka, pro tanečnický z bodu číslo 7, má výchozí 1. pozici. Chlapec nabídne dívce pravou paži a levou má opřenu o svůj levý bok (dbáme na prostor mezi paží a trupem, stejně jako v přípravné poloze – loket musí být od těla). Dívky mají dlaň levé ruky položenu na chlapecké pravé ruce a svou levou paži mají v allongé.

2T předehra:

1. – 2.T: výdrž ve výchozí pozici

1. T – 3. T: polonézový krok v zástupu směrem k centru baletního sálu z obou stran současně
- 4.T: první páry se otáčejí polonézovým krokem směrem en face
- 5.T – 8. T: polonézovým krokem postupujeme ve dvojstupu v páru vpřed až na okraj sálu
9. – 12. T: pokračujeme polonézovým krokem, do levé strany se otáčejí páry, které začínaly vlevo, a do pravé strany se otáčejí páry, které začínaly vpravo. Páry se otáčejí daným směrem a postupují dozadu do velkého půlkruhu.
13. – 16. T: páry, které jsou už na svých místech, provádějí polonézový krok na místě, přičemž dívky vystupují o krok vpřed před chlapce a tvoří tak svůj půlkruh. Paže dívek jsou v allongé. Ostatní páry docházejí na svá místa.
17. T: battement tendu stranou, pravá noha, paže allongé
18. T: přechod na pravou nohu, levá noha battement tendu stranou, paže se zvedají přes 1. pozici do 3. pozice.

- 19.T: poklona dívky – levá noha demi-plié, pravá noha effacé derrière paže allongé.
Poklona chlapci – demi-plié v I. pozici, paže podél těla.
- 20.T: příprava na polonézu v párovém držení. Dívky se otočí k chlapcům a chlapci přistoupí k dívkám s nabídnutou paží.
21. - 28.T: páry se polonézovým krokem zařazují do jedné velké řady (pár zleva, pár zprava, pár zleva,...), která postupuje vpřed a na konci jeviště se dělí na strany (vlevo, vpravo, vlevo,...) Cílovou pozicí jsou dvě naproti sobě stojící řady – vpravo a vlevo.
29. T, první ¼: krok pravou nohou vpřed, paže allongé.
druhá ¼: krok levou nohou vpřed, paže allongé.
třetí ¼: krok pravou nohou do demi-plié, levá noha battement tendu vpřed, paže allongé.
- 30.T, první ¼: krok levou nohou vpřed, paže allongé.
druhá ¼: krok pravou nohou vpřed, paže allongé.
třetí ¼: krok levou nohou do demi-plié, pravá noha battement tendu vpřed, paže allongé.
- 31.T, první ¼: krok pravou nohou vpřed, paže allongé.
druhá ¼: krok levou nohou vpřed, paže allongé.
třetí ¼: krok pravou nohou do demi-plié, levá noha battement tendu vpřed, paže allongé.
- 32.T: pas de bourré suivi stranou v V.pozici
33. – 35.T = 29. – 31.T
- 36.T: pas de bourré suivi se páry otáčejí en face
- 37.T: battement tendu stranou, pravá noha, paže allongé
- 38.T: přechod na pravou nohu, levá noha battement tendu stranou, paže se zvedají přes 1. pozici do 3. pozice
- 39.T: poklona dívky – klek na levém kolenu, paže allongé
poklona chlapci – demi-plié v I.pozici, paže podél těla
- 40.T: výdrž v závěrečné póze

3.2. II. ročník

Druhý ročník metodicky navazuje na první ročník. Vycházíme z probrané látky, kterou obohacujeme o nové prvky a způsoby provedení.

Jedná se o rozvíjení vytrvalosti opakováním probraných cvičení ve větším množství a rychlejším tempu. Procvičování zvládnutých prvků u tyče na pološpičkách. Ne však po celou dobu cvičení. Zařazujeme mírné výdrže na relevés.

Další náročnou a nezbytnou úlohu hraje v druhém ročníku výuka půlobratů a celých obrátů na obou nohách a préparation k pirouette u tyče a v druhém pololetí školního roku i na volnosti. Začínáme také vyučovat vypracování malých a velkých póz ve cvičeních u tyče a na volnosti. Skoky se vyučují s ukončením na jednu nohu.

Cílem druhého ročníku je vypracování koordinace, které dosáhneme prováděním složitějších kombinací.

Repertoár klasického tance by měl být tvořen výhradně ze sborových scén. Tanečníci se potřebují důkladně seznámit s jevištěm a při sborových tancích se ve skupině nebudou tolik bát. Sborové scény lze zcela tvořit dle libosti pedagoga nebo je možné se inspirovat sborovými scénami z různých baletů a případně je poupravit. Variace tedy v tomto ročníku vůbec neuvádím.

Doporučený repertoár klasického tance

„Fantazie se stává realitou, pokud ji umíš zatančit.“ Richard Cohen¹⁰

V druhém ročníku by se etudy mohly zaměřovat na varianty pas de bourré, pas de bourré suivi v malých pózách všemi směry, pas coupé balloné a pas jeté. Pedagogové by měli dbát na exaktní vyučení nástupu na plošku špičky způsobem piqué zejména u dívek s velkým či měkkým nártem. Při zanedbání či nesprávném provedení hrozí riziko úrazů a zafixování špatného provedení, což může mít negativní následky ve vyšších ročnících náročného studia.

¹⁰ <http://baletky.webgarden.cz/levy-sloupec/citaty/citaty-o-baletu-a-tanci>

Sborové tance:

Sborové tance v této etapě můžeme zcela vymýšlet dle fantazie nebo se inspirovat sborovými tanci z různých baletů a upravovat je dle probrané a zvládnuté látky tohoto ročníku. Perfektní a zcela funkční jsou motivy zvířat. Děti tyto role zpravidla zaujmou a velmi je baví.

Giselle

Hudba Leo Délibés, choreografie Marius Petipa.

- *Příteřkyně* – valčík z 1. jednání – 1:02 – 4:20.

Dívky zobrazují geometrické obrazce jako je věčko, dvojité řady, velká diagonála, průplety, ve kterých sborově tančí. Sborový tanec je zaměřen na scénickou formu pas balancé, kterou využívá téměř neustále. Dále jsou tu použity prvky *sissonnes temps levé*, *grand jeté entrelacé* (to můžeme vyměnit za střední skok *assemblé*) a *pas de chat*.

<https://www.youtube.com/watch?v=3uTVF2MzS6o> - 5. únor 2016

Enchaînement:

Cvičení kombinuje více prvků (*pas balancé*, *soutenu en tournant*, *pas jeté*). Cílem této krátké etudy je exaktní koordinace těla a jemné *port de bras*.

$\frac{3}{4}$ takt

Výchozí postavení – V.pozice, pravá noha vpřed, bod číslo 8, paže v přípravné poloze

2T předehra:

1.T, první $\frac{1}{4}$ a druhá $\frac{1}{4}$: "raz", "dva" – "nádech" allongé

třetí $\frac{1}{4}$: "tři" – *demi-plié*, paže přípravná poloha

2.T: sus sous, paže allongé

1. – 2.T: pas balancé en face, paže 6. pozice

3. - 4.T: *soutenu en tournant* o celý obrat, paže se zvedají přes 1. pozici do 3. pozice

5. - 7.T: *sissonne simple* s postupem vzad po 1 taktu, paže se postupně otevírají do snížené 2. pozice allongé

8.T: sus sous, paže přípravná poloha allongé

9.T – 12.T = 1. – 4.T

13.T – 17.T: 3x pas jeté (1T = 1x pas jeté) do bodu číslo 2 s postupem vpřed,
levou nohou, paže se postupně zvedají do 3. pozice

18.T: sus sous, paže allongé

Sněhurka a sedm trpaslíků

Hudba Emilio Aragón, choreografie Ricardo Cué.

- *Tanec zvířátek* – 10:10 – 12:40

Děti můžeme rozdělit podle dovedností na zvířátka a choreografii upravovat dle libosti. Naučíme tak studenty respektovat všechny role na scéně.

https://www.youtube.com/watch?v=1Spo_Gl1QaE - 15.března 2016

Enchaînement:

Etuda procvičuje pas de bourrée simple, ballotté a natočení épaulement croissé a effacé.

2/4 takt

Výchozí postavení: V. pozice croissé bod číslo 8, pravá noha před, paže přípravná poloha.

2T předehra:

1.T: demi-plié, paže přípravná poloha

2.T: sus sous, paže allongé

1.T: pas de bourrée simple

2.T: 2x sus sous (na "lehkou dobu" relevé), paže 1. pozice

3.T: pas de bourrée simple

4.T, první ¼: sus sous, paže 1. pozice

druhá ¼: příprava na pas de bourrée ballotté – effacé do bodu číslo 2,
pravá noha vpřed na 45, levá noha v demi-plié, paže 6.po -
zice (levá paže v 1. pozici)

5.T pas de bourrée ballotté vzad na 45°

6.T pas de bourrée ballotté vpřed na 45°

7.T pas suivi ve velké póze s postupem stranou

8.T, první ¼: "a" - levá noha demi-plié, pravá noha battement tendu stranou, paže allongé v 2. pozici
"raz" – pas jeté stranou, pravá noha stojná, levá na poloze au gennou, paže 3. pozice
druhá ¼: "a" – demi-plié V. pozice, paže 3.pozice
"dva" – sus sous, paže 3. pozice allongé

Další doporučený repertoár:

Sborové tance:

Spící krasavice

Hudba Petr Iljič Čajkovskij, choreografie Marius Petipa.

- *Květinový valčík*

Květinový valčík může pedagogovi sloužit jako předloha pro tvorbu vlastní choreografie nebo lze upravit danou choreografii květinového valčíku. Mělo by se opět jednat o geometrické obrazce, prolínání a průplety, avšak ve složitější podobě, než u prvního ročníku. Můžeme zde zařadit malé i velké pózy par terre, pas balancé, přeběhy či práci ve dvojicích. Další možností, jak obohatit valčík, jsou rekvizity – květiny. Nedílnou součástí květinového valčíku je "roztačnější" hrudník, tedy práce s natočením épaulement. Studenti nesmí působit stroze, ale naopak uvolněně.

<https://www.youtube.com/watch?v=Mp2wWLTkWWg> - 15. března 2016

La fille mal Gardée (Marná opatrnost)

Hudba Ferdinand Hérold, choreografie Frederic Ashton.

- *Dřeváčkový tanec*

Sborový tanec vyučuje rytmiku spojenou s pohybem. Pro tento tanec je nutné pořídit buď dřeváčky nebo jen takzvaný pevný obal na špičky. Vše záleží na možnostech školy či studentů a na rozhodnutí pedagoga. Začátek i průběh tance je třeba upravit a choreograficky dotvořit v případě, že nemáme nebo nechceme sólistu, jak je tomu v předloze.

<https://www.youtube.com/watch?v=V5H4UMbKkgs> - 17. března 2016

4. Střední etapa

„Když trénuješ, učíš se kroky a učíš se kroky a učíš se kroky. Tak to jde dlouhý čas. A pak, jednoho dne, se naučíš tančit a to je velká změna.“ Bill Austin¹¹.

4.1. III. ročník

Třetí ročník se vyznačuje rozvíjením stability, zavedením relevé do exercices au milieu, zrychlením tempa u některých cviků. Zařazujeme počáteční výuku en tournant, pirouettes, battu a první výuku skoků na špičkách. Dalším neméně důležitým znakem třetího ročníku je rozvoj koordinace ve všech částech hodiny a práce na hereckém provedení demi variací a sborových scén.

Doporučený repertoár klasického tance

„S tělem se nic neděje, pokud se nejprve nezačne něco díť s mozkiem. Tanec je z 95% mentální záležitost.“ Bobby Boling¹².

V třetím ročníku si pedagog může dovolit spojovat více než dva prvky dohromady v jedné etudě (sissonne simple, pas de bourrée suivi diagonálně vpřed, glissade en tournant). V etudách by pedagog měl dbát na posílení svalů a vazů v oblasti kotníků, jelikož látka třetího ročníku je náročnější a jednotlivé prvky se většinou provádějí na jedné noze nebo se střídají z jedné nohy na druhou nohu v adagiové i rychlejšímu tempu.

V tomto ročníku se nedoporučují sólové variace. Některé konzervatoře volí pro třetí ročník sólové variace, které provádějí dívky ve skupinkách po 2 – 4 dívkách. Výběr variací ještě nekoresponduje s osnovami klasického tance, a proto zde nejsou uvedeny. Samozřejmě záleží na schopnostech a talentu dívek. Pokud jsou v ročníku velmi technicky zdatné studentky, může jim pedagog zvolit variaci z baletů *Spící krasavice* – víla *Candide*, *Marná opatrnost* – *Harlekynáda*, *Louskáček* – *Colombina*.

¹¹ <https://www.zena.cz/citaty-o-tanci/r~i:wiki:4210/>

¹² <http://baletky.webgarden.cz/levy-sloupec/citaty/citaty-o-baletu-a-tanci>

Sborové tance:

La Bayadère (Bajadéra)

Hudba Ludwig Minkus, choreografie Marius Petipa.

- *Tanec chrámových tanečnic*, 1. jednání – 6:30 – 8:20

Choreografii je nutno upravit dle osnov a dovedností studentek. Můžeme tanec provádět v piškotech i ve špičkách, opět záleží na rozhodnutí pedagoga. Grand pirouettes en dedans, attitude devant lze nahradit tour soutenu nebo jen výdrží na poloze au gennou vpřed se závěrem vzad či jinak dle přání pedagoga. Sborový tanec se skládá z více částí. Některé jsou soustředěny do centra jeviště, kde má být pomyslný chrámový oheň a dívky tančí kolem něj, tedy do útvaru kruhu směrem k ohni.

<https://www.youtube.com/watch?v=TkhDN0SM0z8> - 20.března 2016

Enchaînement:

Cílem etudy je orientace v prostoru - postavení croissée a en face. Velmi důležitá je výuka specifické formy port de bras, která je nedílnou součástí baletů s exotickou tematikou.

$\frac{3}{4}$ takt

2T předehra:

- 1.T: relevé v V. pozici en face, paže protažené vzhůru
- 2.T: výdrž relevé v V. pozici en face, paže se spouštějí na ramena, lokty jsou u těla

- 1.T: pas de bourée simple, paže zůstávají na ramenou
- 2.T: pas jeté piqué, kročná noha na poloze au gennou, paže protažené vzhůru
- 3.T – 4.T = 1.T - 2.T
- 5.T: pas suivi s postupem stranou, paže se otevírají do polohy "svícnu" (rozpažené paže ohuté v lokti, ruce jsou ohnuty hřbety směrem dolů).
- 6.T: soutenu en tournant o celý obrat, paže se specifickými pažemi (v pohybu se ruce překříží, dlaně se spojí v jednu, provlečou se směrem ven od těla, vysunou se vzhůru nad hlavu)

7.T: poklona na levé noze, pravá noha je založená, tělo se kloní a paže jsou opět v držení "svícnu"

8.T: sus sous, paže na ramena

Totéž z levé strany.

Koníček hrbáček

Hudba Cesare Pugni, choreografie Arthur Sain-Leon.

- *Perly* – 4:55 – 5:58

Sborový tanec je zaměřen na pózy v 1. arabesque s nastoupením způsobem piqué, pas emboîté (možno nahradit během), pas de bourré suivi. Zároveň je zde velmi pěkně choreograficky využita práce s prostorem, která dívky zdokonalí v orientaci na jevišti ve sborových scénách.

https://www.youtube.com/watch?v=lfGfAofD_vJs - 17.března 2016

Enchaînement:

Cvičení je soustředěno na výuku 1. arabesque, pas de bourrée simple a pas glissade en tournant o půl obratu s postupem stranou v kombinaci se sus sous .

2/4 takt

Výchozí pozice: croissée bod číslo 8, pravá noha vpřed, paže přípravná poloha.

2T předehra:

1.T, první ¼: V. pozice, paže přípravná poloha

druhá ¼: demi-plié, paže přípravná poloha

2.T: sus sous, paže allongé

1.T, první ¼: nástup způsobem piqué do pózy 1. arabesque, bod číslo 3

druhá ¼: sus sous croissée bod číslo 2, levá noha vpřed

2.T: pas de bourrée simple

3.T: 2x pas glissade en tournant o půl obratu s postupem stranou

4.T: krokem do V. pozice croissé, levá noha vpřed, bod číslo 2

Totéž z levé strany.

4.2. IV. ročník

V tomto ročníku se zaměřujeme na práci s balancé, na pološpičkách a špičkách ve velkých pózách. Dále vyučujeme přípravy na točení ve velkých pózách a tour lent ve velkých pózách. Cvičení na volnosti provádíme en tournant. Batteries začínáme vyučovat s ukončením na jednu nohu. Také seznamujeme studenty s velkými skoky. Cvičení se vyznačují rychlejším tempem, větším počtem opakování jednotlivých prvků ve cvičení a náročnější koordinací i plasticitou paží a těla. Cílem je v tomto ročníku osvojení si techniky pirouettes (pro dívky) a tours (pro chlapce).

Doporučený repertoár klasického tance

„Tanec skončil, potlesk utichl, ale radost a dobrý pocit v tobě zůstanou navždy.“
W. M. Tory¹³.

Čtvrtý ročník se vyznačuje rychlejší tempem v provedení jednotlivých cvičení. To by se mělo promítnout i v technice sur les pointes a v etudách samotných. Kombinace obohacujeme o pirouettes a specifické port de bras, které jsou použity ve variacích, jež se právě vyučují. Aby pedagog dobře zvolil variaci pro studentku, je nesmírně důležité, aby se nejprve všechny dívky učily všechny variace. Pedagog by neměl variace vybírat pouze dle technické zdatnosti, ale i dle temperamentu, charakteru a typologie studentek.

Sborové tance:

La Sylphide

Hudba Herman Severin Løvenskiold, choreografie August Bournonville.

- *Víly*, 36:00 – 38:34

Adagiový sborový tanec je perfektní pro celkovou koordinaci těla v tanci a na orientaci v prostoru. Asymetrické port de bras pana Bournonvilla vyučí dívky pracovat s pažemi s velkou ladností v kontrastu s brisnými prací chodidel ve vazebných prvcích a ve skocích.

<https://www.youtube.com/watch?v=LiGY2d65r7I> - 21. března 2016

¹³ <http://baletky.webgarden.cz/levy-sloupec/citaty/citaty-o-baletu-a-tanci>

Enchaînement:

Cvičení je zaměřeno na výuku pas de bourrée simple i en tournant s nástupem způsobem pas balonné.

2/4 takt

Výchozí pozice: croissée bod číslo 8, pravá noha vpřed, hlava vpravo, paže přípravná poloha.

2T předehra:

1.T: výdrž v V. pozici, paže allongé

2.T: sus sous, paže 3. pozice

1.T: balloné vpřed způsobem développé, paže se pomalu otevírají do 2. pozice

2.T: balloné vpřed způsobem développé, paže allongé v 2. pozici

3.T: pas de bourrée en tournant, paže v 1. pozici

4.T: krok do V. pozice, croissée bod číslo 2, pravá paže je ohnuta v lokti vertikálně, zápěstí je ohnuto dlaní dolů, ukazováček se lehce dotýká brady, levá paže je ohnuta v lokti horizontálně, prsty se lehce zespoda dotýkají pravého lokte, hlava vlevo

5.T: pas de bouerré s postupem stranou, provedené způsobem balloné, bez přikládání sur le cou-de-pied, ukončené v V.pozici, paže allongé v přípravné poloze

6.T: soutenu en tournant, paže do 3. pozice

7.T: pas de bouerré s postupem stranou, provedené způsobem balloné, bez přikládání sur le cou-de-pied, ukončené v V. pozici croissé, paže allongé v přípravné poloze

8.T: pas de bourré suivi s postupem vpřed, croissé bod číslo 2, paže 3. pozice

Totéž levou nohou.

Variace:

Spící krasavice

Hudba Petr Iljič Čajkovskij, choreografie Marius Petipa.

- *Pas de trois Drahokamy*, 3. Jednání, 2:06 – 3:00

Variace pro tři dívky vyučuje rychlost provedení entrechat a batteri, jemné port de bras a exaktní natočení épaulement. Vyžaduje maximální přesnost, muzikalitu a koordinaci.

<https://www.youtube.com/watch?v=npSTh8JMvh4> - 14.února 2016

Enchaînement:

Etuda je zaměřena na briskní práci chodidel v dokonalé koordinaci s pažemi, které pohybům napomáhají. Procvičuje také sauté sur les pointes a změny v natočení croissée z bodu číslo 8 do bodu číslo 2.

2/4 takt

Výchozí pozice: croissée bod číslo 2, levá noha kročná, pravá noha založena vzad, paže allongé.

2T předehra:

1.T: běh do řady,

2.T: skok pas jeté en face, stranou s přiložením kročné nohy na sur le cou de pied, paže 6. pozice (pravá paže 1. pozice)

1.T: 2x pas jeté piqué s postupem vlevo, bod číslo 8, paže 6. pozice (levá paže v 1. pozici)

2.T: pas tombés coupé, paže 1. pozice, passé na polohu au genou, paže allongé – pravá paže ve snížené scénické formě allongé ve 3.pozici, levé paže ve níženém scénikém allongé v 2.pozici

3.T: sissonne do pózy 3.arabesque, bod číslo 2, ukončená v V. p. demi-plié

4.T: sissonne do pózy 3.arabesque, bod číslo 2, ukončená v demi-plié, kročná noha na sur le cou-de-pied, paže 6. pozice (levá paže 1.

pozice)

5. – 8.T = 1. – 4.T

9.T, první ¼: "raz" - sauté sur les pointes croissée V. pozice, bod číslo 8, paže 3. pozice

"a" - sauté sur les pointes croissée V. pozice, bod číslo 8, paže 3. pozice

druhá ¼:"dva" - sauté sur les pointes croissée V.pozice, bod číslo 8, paže 3.pozice

“a” – pravá noha développé vpřed na 45°, paže 2. pozice

10.T: pas tombé, kročná noha přiložena sur le cou-de-pied, paže 2. pozice

11.T: pas assemblé en tournant o ¼ obratu do dobu číslo 8, paže
allongé ve 2. pozici

12.T: sus sou, croissée bod číslo 2, paže 3. pozice

13. – 16.T = 9. – 12.T

Don Quichotte

Hudba Ludwig Minkus, choreografie Marius Petipa.

- *Amor* – 12:57 – 14:05.

Variaci zle choreograficky upravovat. Hned v první části variace je možno z pózy attitude derrière zavřít kročnou nohu do V. pozice, nikoli přikládat na sur le cou-de-pied. Rovněž stylizace pas de chat je možno upravit na základní podobu. Vše záleží na dovednostech studentek. Tato variace procvičuje brisknost, malé pózy, střední skoky a pirouettes en dedans (nejtěžší část variace). Variace se nehodí pro dívky s velkým nebo měkkým nártem. V tomto ročníku dívky často neumějí se svými dispozicemi exaktně pracovat a hrozí tak možné nebezpečí úrazů.

<https://www.youtube.com/watch?v=21lO3Egqmrw> - 18.února 2016

Enchaînement:

Cvičení je zaměřeno na specifické port de bras, postavení croisse i effacé a sissonnes ouvert do pózy attitude derierre effacé

¾ takt

Výchozí pozice: V. pozice croissée bod číslo 8, pravá noha vpřed, paže
přípravná poloha

2T předehra:

1.T: výchozí pozice

2.T: demi-plié, sus sous, paže allongé

1. – 3.T : pas balancé, paže 6.pozice (střídavě levá, pravá, levá paže
v 1. pozici)

4.T: soutenu en tournant, paže se zvedají přes 1.pozici do 3.pozice

- 5.T, první a druhá ¼: "raz,dva" - *sissonnes ouvert* do pózy *attitude derierre effacé*, paže v póze 2. *arabesque*
- "tři" - *demi-plié* na stojné noze, kročná noha přiložena *sur le cou-de-pied*
- 6.T, první a druhá ¼: "raz, dva" – *développé effacé devant*, do budu číslo 8, levá paže ohnuta v lokti, hřbet ruky je přiložen pod bradou, pravá paže *allongé* ve 2. pozici, hlava vpravo
- třetí ¼: "tři" - *demi-plié* V. pozice, *effacé* bod číslo 8, paže *allongé*
7. – 12.T = 5. – 6.T
13. – 14.T: *petit pirouettes en dedans* s přiložením na *sur les cou de pied*, přes IV. pozici *dégagé*, paže *allongé*
- 15.T: *pirouettes en dedans*, paže 3. pozice
- 16.T: *sus sou*, paže *allongé* v 3. pozici

Pulcinella

Hudba Igor Stravinskij, choreografie Leonid Massine.

- „*Harlekynáda*“

Náročnost variace spočívá v orientaci v prostoru, přechod z vytočené pózy *en avant effacé* na paralelní polohu *au gennou* způsobem *enveloppé*. Dalším velmi obtížným prvkem je *emboîté en tournant* o půl obratu, které metodicky spadá až do 5. ročníku státní konzervatoře a *diagonála glissade en tournant* v rychlém tempu. Tuto variaci je nutno dle osnov IV. ročníku upravit.

<https://www.youtube.com/watch?v=29w-wOqqMUM> - 18.února 2016

Enchaînement:

Cvičení vyučuje exaktní koordinaci paží s jednotlivými prvky a změnu z vytočené pozice do paralelní pozice.

2/4 takt

Výchozí postavení: stoj na levé noze, pravá noha derrière pointé,
épaulement croissée bod číslo 2

2T předehra:

1.T: V. pozice demi- plié, croissée bod číslo 2, paže přípravná poloha

2.T: sus sous, paže přípravná poloha allongé

1.T: pas tombé, pas de bourrée affacé s postupem stranou, paže
malé port de bras

2.T: sissonnes jeté stranou s přiložením na sur le cou-de-pied, paže
4. pozice

3.T: petit emboîté v pózách attitude vpřed, paže ve 2. pozici

4.T, první ¼: pas couru v 1. paralelní pozici, paže allongé

druhá ¼: krok do postavení - póza croissée bod číslo 8, levá
noha založena vzad

5.T: 2x petit jeté stranou, bod číslo 2

6.T: enveloppé devant

7.T: pas couru v 1. paralelní pozici, paže založené na bedrech

8.T: krok do postavení - póza croissée bod číslo 8, levá noha
založena

Totéž z levé strany.

Další doporučený repertoár:

Sborové tance:

Le Corsaire (Korzár)

Hudba Adolf Adam, choreografie Marius Petipa, Alexej Ratmanskij.

- *Květinová zahrada* 0:00 – 2:50

Dívky rozdělíme do tří skupin, které se na jevišti střídají a na konci tančí společnou závěrečnou část. Tanec obohacuje dívky o koordinaci špičkové techniky, středních skoků a ladné port de bras.

https://www.youtube.com/watch?v=j_8ha5M81p0 - 23.února 2016

Probuzení Flóry

Hudba Riccardo Drigo, choreografie Marius Petipa.

- Sborový tanec 30:00 – 31:18

Tanec je stylisticky pojat, aby vytvářel charakteristiku baletu. Vypracovává sborovou soudržnost (specifické držení paží podobně jako v Labutím jezeru v pas de quatre) a orientaci v prostoru. Zároveň posiluje svaly a vazy kotníků. Důležitá je i práce s hudbou a rytmem zejména. Sborový tanec je komponován v nepravidelném tempu, které je pro studentky velmi náročné, protože musí přesně znát fráze a dokonale se v nich orientovat.

<https://www.youtube.com/watch?v=BCulPWuWBB0> - 18.února 2016

Variace:

Spící krasavice

Hudba Petr Iljič Čajkovskij, choreografie Marius Petipa.

- *Víla Bezstarostnosti* též *Kanárek (Ptačího zpěvu)*, prolog

Charakteristika Kanárka, který se vyznačuje svým rychlým letem, se projevuje v této variaci briskní prací chodidel a specifickým vedením paží s náklony trupu. Variace je velmi náročná pro celkovou koordinaci těla a nehodí se pro dívky s vysokým či měkkým nártem.

<https://www.youtube.com/watch?v=11Z1mURnMSM> - 20.února 2016

- *Víla Bujnosti* též *Coulante (Kouzelná zahrada)*, prolog

Tato variace je náročná pro návaznost jednotlivých prvků za sebou. Na grand allegro navazují různé pózy s výdrží. Důležitá je práce s těžištěm a osou těla. Zdánlivě jednoduché prvky jsou složité právě v jejich řazení. Jednotlivé části této variace by se mohly objevit v etudách na začátku hodiny, pro vyučení návaznosti neobvyklých kombinací prvků.

<https://www.youtube.com/watch?v=QkOXy3Shl3A> - 20.února 2016

- *Víla Něžnosti* též *Candide (Křišťálová fontána)*, prolog

Tato variace je metodicky vytvořena pro nácvik koordinace a pas chassé. Zdokonaluje špičkovou techniku a vyučuje stabilitu pevného kotníku na "zataženém nártu". Variace je vhodná pro studentky bez velkých nártů. Nebo ji zcela záměrně volíme pro dívky s extrémně velkým či vysokým

nártem, aby se naučily nártý dostatečně zpevnit. V tomto případě je třeba se studentce pečlivě věnovat a exaktně jí vysvětlit práci na špičkách.

<https://www.youtube.com/watch?v=KAhLYCQ4vwI> - 20.února 2016

Don Quichotte

Hudba Ludwig Minkus, choreografie Marius Petipa.

- *Kitri* – variace z pas de deux, 3. jednání – 4:00 – 4:45.

Variace je zaměřena na briskní práci nohou a chodidel, posiluje vazy a svaly v oblasti kotníků díky hlavnímu prvku variace *sissonne simple sur les pointes*, *pas de bourré suivi* a *pas couru* v I. paralelní pozici. Trup a paže doplňují variaci o ladné *port de bras* s vějířem. Tato variace má několik verzí a variant provedení. Velmi známá je koncertní úprava této variace, která je populární zejména na baletních soutěžích.

<https://www.youtube.com/watch?v=jIedrPOobY0> - 12.února 2016

5. Vyšší etapa

„Talent, dispozice, přirozené vlohy nic neznamenají bez pravidelného, uvážlivého a pečlivého denního studia. Ani samotná technika tance však nestačí. K vytvoření role je třeba oduševnit pohyb myšlenkou, náladou, výrazem – ukázat jeho vnitřní smysl. Na jevišti se nedá nic zastříť, jste v podstatě sami s tím, co umíte a co dokážete.“ Miroslava Pešíková¹⁴.

5.1. V. ročník

Pátý ročník se soustředí na výuku pirouettes na místě i s postupem po diagonále v kombinaci se středními skoky. Enchaînement exercice au milieu se provádí výhradně na pološpičkách, kde se soustředíme hlavně na rozvoj stability. Dále se dle osnov zaměřujeme na změnu tempa zejména v Adagiu a tour techniky na špičkách. Celkově je kladen velký důraz na koordinaci a elevaci v grand allegro.

Doporučený repertoár klasického tance

„Nesnažím se tančit lépe než ostatní. Snažím se tančit lépe než já sám.“
Michail Baryšnikov¹⁵.

V pátém ročníku zařazujeme pro zahřátí složitější etudy, kdy kombinujeme pirouettes se středními skoky. Vše by už mělo být v briskním tempu, abychom dosáhli rychlosti chodidel. Velmi důležité jsou dopady ze skoků ve špičkové obuvi. Dívky by se měly zaměřit exaktnost úpravy jejich obuvi, aby zamezily hlasitým ranám vždy po dopadu ze skoku na zem. Neméně důležité je ztvárnění rolí po herecké stránce, která dokresluje celkový dojem z tance.

Sborové tance:

Coppélia

Hudba Leo Delibes, choreografie Arthur Saint-Léon.

¹⁴ <http://baletky.webgarden.cz/levy-sloupec/citaty/citaty-o-baletu-a-tanci>

¹⁵ <http://baletky.webgarden.cz/levy-sloupec/citaty/citaty-o-baletu-a-tanci>

- *Valčík hodin*

Sborový tanec procvičuje střední skoky v kombinaci se špičkovou technikou a zejména pirouettes z kleku a V. pozice. Neméně důležitou roli zde hrají geometrické obrazce, které se v poměrně rychlém tempu neustále mění.

<https://www.youtube.com/watch?v=ryFyVpqbqGQ> - 15.února 2016

Enchaînement:

Etuda je zaměřena na pas balancé en tournant z pózy 1. arabesque v kombinaci se skokem cabriole.

$\frac{3}{4}$ takt

Výchozí postavení: V. pozice croisé bod číslo 8, pravá noha vpřed, paže přípravná poloha

2T předehra

1.T, první $\frac{1}{4}$ a druhá $\frac{1}{4}$: "raz, dva" – výdž v V. pozici, paže allongé

třetí $\frac{1}{4}$: demi-plié, paže arondie

2.T: sus sous, paže allongé

1. – 2.T: pas balancé, paže 6. pozice (střídavě levá, pravá paže v 1. pozici)

3.T póza 1. arabesque

4.T pas balancé en tournant, paže 1. pozice

5.T póza 1. arabesque

6.T: pas balancé en tournant, paže 1. pozice

7.T: cabriole croisé vpřed, paže 6. pozice (pravá paže 1. pozice)

8.T: tombé coupé, croisé bod číslo 2 (levá noha stojná, pravá kročná),
paže 6. pozice (levá paže 1. pozice)

9.T – 11.T balloné éfacce vpřed s postupem z místa, bod číslo 8, paže se
otevírají do 5. pozice, levá paže je ve 3. pozici

12.T, první $\frac{1}{4}$ a druhá $\frac{1}{4}$ "raz, dva" - sissonne jeté z místa do pózy

2. arabesque, bod číslo 8

třetí $\frac{1}{4}$ - chassé effacé do bodu číslo 4

13.T: jeté entrelacé

14.T: pas chasse, paže 2. pozice allongé

15.T: glissade en tournant se sur le cou-de-pied, ukončené do V. pozice, croissée bod číslo 2, paže 3. pozice

16.T: výdrž v V. pozici

Variace:

Le Corsaire (Korzár)

Hudba Adolf Adam, choreografie M. Petipa, A. Ratmanskij, J. Burlaka.

- 1. variace z pas de trois – 28:25 – 29:21

Variace je zaměřena hlavně na střední skoky – pas brissé a pas cabriole na 45° a pirouette degagé en dehors.

<https://www.youtube.com/watch?v=21IO3Egqmrw> - 18.února 2016

Enchaînement:

Cvičení je zaměřeno na rychlou práci chodidel a skok brisé.

2/4 takt

Výchozí pozice: croisé bod číslo 2, pravá noha je založena vzad u stojné nohy, paže allongé

2T předehra

2T – degagé vzad, ukončené v malé póze croisé vpřed, levá noha pointé, paže allongé

1.T – 4.T: brisé s vpřed, paže allongé

5. – 6.T: sissonnes simple do polohy au genou střídavě

7. – 8.T: double ronde en l`air na effacé, bod číslo 8, s ukončením do V. pozice, paže 6. pozice

9.T: glissade

10.T, první ¼ a druhý ¼: "raz, dva" - cabriole na effacé bod číslo 8, třetí 1/4: "tři" - ukončení do V. pozice, croissée bod číslo 8

11.T: brisé de sous

12.T: pas de bourrée en tournant

13.T – 14.T: degagé vzad, ukončené v malé póze croisé vpřed, bod číslo 8, pravá noha pointé, paže allongé

Spící krasavice

Hudba Petr Iljič Čajkovskij choreografie Marius Petipa.

- *Šeříková víla*, 1. jednání

Náročnost variace spočívá v koordinaci vazebných prvků s port de bras, které vyžadují technickou zdatnost a elegantní projev. Kombinace sissonnes fermé a pirouettes en dehors z V. pozice s postupem po diagonále vpřed vyžadují maximální soustředěnost, preciznost vytočení obou nohou a přesnost v čistém dotočení na základě respektování opozic a koordinace. Variace rovněž po úpravě lze zařadit do nižšího ročníku, pokud máme disponované a technicky zdatné studentky.

<https://www.youtube.com/watch?v=tA0pgrCXU9w> - 18.února 2016

Enchaînement:

Cvičení je náročné pro svou prostorovou orientaci, celkovou koordinaci a výuku pirouettes en dedans ukončené do pózy a la seconde pointé.

$\frac{3}{4}$ takt

Výchozí postavení: V. pozice, pravá noha vpřed, levá noha na pointé vzad, croissée bod číslo 8, paže v přípravné poloze allongé.

2T předehra

1T: výchozí postavení, paže se zvedá vzhůru do 3. pozice allongé.

2.T: degagé vzad, pravá noha na pointé vpřed, paže port de bras en dedans do 2. snížené pozice, allongé

1.T: grand rond de jambe en dedans, paže port de bras en dans

2.T: "závěs", paže v první pozici

3.T: 1. arabesque

4.T: pas chassé, paže v pozici 4. arabesque

5.T, první a druhá $\frac{1}{4}$: "raz, dva" - 1. arabesque, nastoupení způsobem piqué
třetí $\frac{1}{4}$: "tři" - plié v póze 1. arabesque

6.T, první a druhá $\frac{1}{4}$: "raz, dva" - 1. arabesque, nastoupení způsobem vskoku přes demi-plié

třetí ¼: "tři" – fouettes en dedans o půl obratu do bodu číslo 6, paže 6.pozice
(pravá paže 1. pozice)

7.T: double pirouette en dedans způsobem piqué, paže ve 3. pozici

8.T: ukončení pirouettes do pózy a la seconde pointé bod číslo 8, paže allongé v 2. pozici, hlava vpravo.

9.T, první a druhá ¼: "raz, dva" - stažení do V. pozice croissée bod číslo 8, pravá noha vpřed, paže 3. pozice, pas de bourré suivi

třetí ¼: "tři" – demi-plié sur le point na levé noze, pravá noha přiložena na sur le cou-de-pied, paže v 5. pozici – levá paže nahoře, hlava vlevo

10.T, první a druhá ¼: "raz, dva" - pas de bourré suivi, paže 3. pozice

třetí ¼: "tři" – demi-plié sur le point na pravé noze, levá noha přiložena na sur le cou-de-pied, paže v 5. pozici – pravá paže nahoře, hlava vpravo

11.T: krok levou nohou stranou, pravá noha přes polohu sur le cou-de-pied battu, petit développé vpřed, póza croissée devant bod číslo 8 preparace na pirouettes, paže 6. pozice (pravá paže 1. pozice)

12.T: výdrž v přípravné pozici

13.T: tour glissade, paže v 1. pozici

14.T: tour glissade, paže v 1. pozici

15.T: tour chainné, do bodu číslo 2, paže v 1. pozici

16.T: velká póza effacé bod číslo 2, způsobem degagé

Další doporučený repertoár:

Sborové tance:

Faraonova dcera

Hudba Cesare Pugni, choreografie Maruis Petipa.

- Tanec dívek, 15:05 – 17:07.

Sbor se sólovými party pro čtyři dívky, kde je nutno choreograficky upravit závěr. Místo chlapce je třeba dotvořit choreografii sborově či využít sólistky.

<https://www.youtube.com/watch?v=Hr-IKpgB2uw> - 23.února 2016

Spící krasavice

Hudba Petr Iljič Čajkovskij, choreografie M. Petipa.

- *Valčík nymf*, 2. jednání (možno kombinovat se sólovou variací)
Hlavním prvkem sborového tance je temps levé s pas cabriol na 45°, který se v tomto ročníku probírá. Velmi zajímavá je práce se sbory (prolínání, střídání) a způsob vzájemného držení se.

<https://www.youtube.com/watch?v=fghnJPnwMgg> - 23.února 2016

Probuzení Flóry

Hudba Ricardo Drigo, choreografie Marius Petipa.

- Scéna, kterou lze spojit v delší část (vhodná na zkoušky) – 1. sólová variace, sbor, duet dvou dívek, sbor, 2. sólová variace, 3. sólová variace a společná coda.

<https://www.youtube.com/watch?v=BCuIPWuWBBo> - 25.února 2016

Variace:

Le Corsaire (Korzár)

Hudba Adolf Adam, choreografie M. Petipa, A. Ratmanskij, J. Burlaka.

- 2. variace z pas de trois – 29:30 – 30:22
Variace procvičuje střední skoky zejména pas emboîté en tournant.
- 3. Variace z pas de trois – 30:33 – 31:36
Třetí variace je zaměřena na grand assemblé, double pirouettes en dehors a pirouettes degagé en dedans simple i double.

<https://www.youtube.com/watch?v=21IO3Egqmrw> - 3.února 2016

Faraonova dcera

Hudba Cesare Pugni, choreografie Marius Petipa

- Variace 17:34 – 18:23
V této variaci se soustředíme na pas jeté fondu, tour chainés a skoky grand sissonne ouverte vpřed a emboîté en tournant o půl obratu.

<https://www.youtube.com/watch?v=Hr-IKpGB2uw> - 23.února 2016

Paquita

Hudba Edouard Deldevez a Ludwig Minkus, choreografie Joseph Mazillier, Marius Petipa.

- Variace – 16:10 - 17:31

Variace je zaměřena na střední skoky a pirouettes. Zejména procvičuje grand pas cabriole, který se v tomto ročníku vyučuje. Velmi důležitá je koordinace paží, která pomůže studentům v allegrové technice.

<https://www.youtube.com/watch?v=21IO3Egqmrw> - 3.ledna 2016

- Variace - 20:16 – 23:06

Adagiová variace vyučuje grand fouettés z pózy a la seconde do pózy 1. arabesque. V druhé části je opět probíraný skok cabriole. Vrcholem variace jsou pirouettes z V. pozice.

<https://www.youtube.com/watch?v=21IO3Egqmrw> - 3.ledna 2016

- Variace 26:08 – 24:15

Skoková variace vyučuje střední skoky v kombinaci s pirouettes a briskními vazebnými prvky.

<https://www.youtube.com/watch?v=21IO3Egqmrw> - 3.ledna 2016

Spící krasavice

Hudba Petr Iljič Čajkovskij, choreografie Marius Petipa.

- *Aurora*, variace z pas de deux, 3. jednání

Variace procvičuje sauté sur les pointes, velké pózy a pirouettes piqué en dedans s měkkým grand battement a la seconde. Choreografii lze upravovat dle dovedností studentky a je možné ji zařadit již do čtvrtého ročníku za podmínky dostatečné úpravy. Tato variace je v těžším provedení oblíbenou volbou pro baletní soutěže.

<https://www.youtube.com/watch?v=4xvU5IUDUyc&list=RD4xvU5IUDUyc#t=4> -
23.února 2016

5.2. VI. ročník

Skoky se vyučují z různých preparací – pas couru, pas glissade, pas coupé, a jiných. Velký důraz je kladen na rozvoj ballon ve velkých skocích. U složitějších enchaînement jsou skoky obohaceny o battus.

Doporučený repertoár klasického tance

„Dokážu cokoli, pokud vím, jak to zatančit.“ Twyla Tharp¹⁶.

Dívky v šestém ročníku by měly být technicky velmi zdatné, a proto bychom do etud mohli zařazovat nejrůznější kombinace středních i velkých skoků a pirouettes i grand pirouettes. Technicky náročné kombinace bychom mohli obohacovat o jemnou práci paží či specifické port de bras.

Sborové tance:

La Bayadéra (Bajadéra)

Hudba Ludwig Minkus, choreografie Marius Petipa.

- *Harémové tanečnice*, 33:20 - 36:15.

Sborový tanec je choreograficky rozvrhnut pro sbor a dvě až čtyři demi sólistky, které tančí sólově nebo ve dvojicích. Choreografii lze tančit v piškotech či špičkách. Vzhledem k práci s šátkem bych doporučovala jako obuv taneční piškoty. Tanec kombinuje střední a velké skoky v rychlejším tempu.

https://www.youtube.com/watch?v=X6_O7g19PwI- 31.ledna 2016

Enchaînement:

Cvičení nepoužívá port de bras, protože dívky mají v ruce po celou dobu tance šátky, se kterými tančí. Nesmírně náročná je tedy pro dívky koordinace bez použití paží. Etuda kombinuje v briskním tempu obraty, kterými obohacuje prvky, např. - ballonne vpřed na 45°.

¹⁶ <http://sadyka97.blog.cz/1301/citaty-o-tanci-iii>

2/4 takt

Výchozí postavení: croissée bod číslo 8, pravá noha stojná, levá založena vzad, paže v rozšířené přípravné poloze drží téměř napnutý šátek.

2T předehra

1.- 2.T: výchozí postavení, paže se pomalu vzpaží nad hlavu do 3. rozšířené pozice.

1. - 2.T: 2x pas ballonné, croissé bod číslo 8, paže rozšířená 3. pozice s šátkem

3.T sissonne jeté effacé, bod číslo 2, paže rozšířená 3, pozice s šátkem

4.T pas de bourré ukončené do V. pozice, bod číslo 2

5.T, první ¼: "raz" - tombé levou nohou vpřed, pravá noha se přikládá na polohu sur le cou-de-pied

druhá ¼: "dva" - ballone vpřed na 45°, bod číslo 2

6.T: první ¼: "raz" - tombé levou nohou vpřed, pravá noha se přikládá na polohu sur le cou-de-pied

druhá ¼: "a" - ballonne vpřed na 45°, bod číslo 1

7.T první ¼: "raz" - tombé levou nohou vpřed, pravá noha se přikládá na polohu sur le cou-de-pied

druhá ¼: "a" - ballonne vpřed na 45°, bod číslo 8

8.T pas de bourré en dedans en tournant ukončené do bodu číslo 2

9. - 16.T = 1. - 8.T

17.T, první ¼: "raz" - krok do bodu číslo 3, pravou nohou

druhá ¼: "a" - krok levou nohou do bodu číslo 3 s půl obratem

18.T: dvě tepms levé v demi-plié na levé v póze 2. arabesque

19.T: krok pravou nohou vzad, levá noha se přikládá na polohu sur le cou de pied

20.T: temps levé na pravé noze, levá noha sur le cou-de-pied

21.T: temps levé na pravé noze, levá noha poloha au genou

22.T: temps levé na pravé noze, levá noha provádí développée vpřed

Louskáček

Hudba Petr Iljič Čajkovskij, choreografie Marius Petipa.

- *Valčík sněhových vloček*

Velmi briskní a poměrně dlouhý valčík je perfektní pro výuku středních a velkých skoků ve sboru a profilování dvou či více sólistek. Začátek lze choreograficky obohatit o přeběhy jednotlivých vloček či dívek ve dvojicích. Stejně tak délku této ukázky lze upravit. Choreograficky je možno valčík ukončit v 4:15 minutě. Opět záleží na pedagogovi a schopnostech studentek.

<https://www.youtube.com/watch?v=IIViRIE1AKs> - 31.ledna 2016

Enchaînement

Cvičení je zaměřeno na prostorovou orientaci, koordinaci a propojení prvků s rychlými obraty. Velmi důležitá je zde práce se změnou akcentů s těžké doby na lehkou a naopak.

$\frac{3}{4}$ takt

Výchozí pozice: osm dívek stojí v kruhu, každá z nich má svůj bod číslo jedna v prostřed kruhu. Výchozí postavení en face bod číslo 1 (do středu kruhu), levá noha stojná, pravá noha je založena vzad, paže allongé.

2T předehra

1. – 2.T: výchozí postavení

1. – 3.T: 2x *sissonnes temps levé*, paže allongé v 5. pozici, střídavě

4.T: krok, *grand jeté* vpřed na pózu 2. *arabesque*

5. – 7.T = 1. – 3.T

8.T: *glissade en tournant* do bodu číslo 5

9. – 16.T = 1. – 8.T s postupem na výchozí postavení (ven z kruhu)

17.T, první $\frac{1}{4}$ a $\frac{1}{4}$: "raz, dva" - *temps levé* v 1. *arabesque* v *demi-plié*
třetí $\frac{1}{4}$: *détourné*, paže 1. pozice

18.T, první $\frac{1}{4}$ a $\frac{1}{4}$: "raz, dva" - *temps levé* v 1. *arabesque* v *demi-plié*
třetí $\frac{1}{4}$: *détourné*, paže 1. pozice

19.T: *sissonne temps levé* v póze 1. *arabesque*

20.T: *pas balancé* do středu kruhu, paže 6. pozice (pravá paže 1. pozice)

21.T - 24.T = 17. – 20.T

25. – 32.T je v postupem pokruhu ve směru chodu hodinových ručiček

25.T: *sissonne temps levé* velké poze *attitude* vzad *croissé* v *demi-plié*,

paže v 5. pozici allongé (levá paže v 3. pozici allongé)

26.T: développé en avant croissé s půl obratem, paže 5. pozice (pravá paže ve třetí pozici allongé)

27. – 28.T = 29. – 30.T

31.T: glissade en tournant

32.T: pas coupé do V. pozice effacé, levá noha vpřed, paže 5. pozice allongé (levá paže ve 3. pozici allongé)

Variace:

La Bayadéra (Bajadéra)

Hudba Ludwig Minkus, choreografie Marius Petipa.

- *Nikia* – 3. jednání

Velmi dlouhá variace Nikiy, představuje nejen svou technickou náročnost, ale nesmírně důležitá je zde herecká práce interpretky, bez které nelze tuto variaci tančit. Nikia je na začátku velmi smutná ze zrady, trpí. Avšak na konci se dostává až do jakési extáze a je velmi šťastná, ale utrápená zároveň. Variace ze začátku kombinuje jednoduché vazebné prvky, které jsou doplněny velmi náročným port de bras a specifickou prací rukou. Následně jsou zde použity velké skoky do kleku, pirouettes a sauté sur les pointes. Adagiová variace není v polovině tance tempo a stává se z ní až temperametní allegrová hudba

<https://www.youtube.com/watch?v=pL7mt7HKPWg> - 31.ledna 2016

Enchaînement:

Etuda je zaměřena na specifické port de bras, výdrž v póze 1. arabesque a jeté entrallaîse ukončené do kleku.

2/4 takt

Výchozí postavení: V. pozice, croissé bod číslo 8, paže povolé podél těla, hlava sklopená mírně dolů do bodu číslo 8.

2T předehra

1. – 2.T: battement tendu croissé vzad, levou nohou, levá paže se zvedá dlaní vzhůru až se ohne v lokto směrem k hlavě a zápěstí se opírá o temeno, hlava sleduje paži

1. – 2.T: grand rond de jambe en dedans levou nohou, s otočením do bodu číslo 2, ukončení do překřížení nohou vpřed, levá noha se opírá o nárt pravé nohy, levá paže se zvedá do 3. pozice allongé, pravá paže je ve snížené 2. pozici allongé.
3. – 4.T: kruhové potr de bras trupem, levá paže obkresluje kruh, pravá paže je podél děla
- 5.T: krok levou nohou do V. pozice, croissée vpřed, paže se během kroku překříží – levé zápěstí před pravé, dlaní ruky k sobě, dlaně se spojí v jednu, provlečou se směrem ven od těla, vysunou se vzhůru nad hlavu, hlava je vpřed do bodu číslo 2
- 6.T: trup provádí úklon doprava, paže následují pohyb se spletené pozici, hlava se otáčí do bodu číslo 1 a uklání se na levé ucho
- 7.T: tombé do IV. pozice croissée, levá noha vpřed, paže se otevírají do 6. protažené pozice, dlaněmi vzhůru, hlava vpřed do bodu číslo 2
- 8.T: propnutí stojné nohy, do výchozí pozice battement tendu croissée vzad, pravou nohou, pravá paže se zvedá dlaní vzhůru až se ohne v lokti směrem k hlavě a zápěstí se opírá o temeno, hlava sleduje paži
9. – 16.T = 1. – 8.T
17. – 18.T: pas couru levou nohou do bodu číslo 8, póza 1. arabesque
- 19.T: 3x pas couru do bodu číslo 4, střídavě (1. krok pravou nohou) paže allongé
20. – 21.T: jeté entrelacé, ukončené do kleku, bod číslo 3 (klek na pravé noze, levá noha je opřena o chodidlo)
- 22.T: levá noha se protahuje vzad, noha se opírá o špičku, paže 2. pozice allongé
- 23.T: provádí trup záklon, pravá paže se zvedá dlaní vzhůru, až se ohne v lokti směrem k hlavě a zápěstí se opírá o temeno, hlava sleduje paži
- 24.T: fouette o ¼ obratu en dehors na pravém koteni, do bodu číslo 8, levá noha pointé vpřed, paže allongé
- 25.T: zvednutí se z kleku na levé noze, do pózy 1. arabesque
26. – 27.T: výdrž v póze 1. arabesque
- 28.T: tombé pravou nohou před, levá noha sur le cou-de-pied, paže podél těla, hlava sklopena dolů

29. – 30.T: pas de bourré suivi en face s postupem stranou, paže se otevírají přes 1. pozici do druhé pozice dlaněmi nahodu
- 31.T: chassé en tournant do bodu číslo 3, paže v 2. pozici allongé
- 32.T: degagé přes IV. pozici effacée bod číslo 3, trup mírný záklon, pravá paže se prudce zvedá dlaní vzhůru, až se ohne v lokti směrem k hlavě a zápěstí se opírá o temeno, hlava sleduje paži

- *Gamzati* – 3. jednání

Variace je choreograficky postavena pro technicky zdatné dívky, které excelují v pirouettes, grand pirouettes a velkých skocích. Zakončení variace je kombinace různých variant pirouettes po obvodu kruhu a vyvrcholí pak skokovou diagonálou s grand jeté développé. Variace se zcela nehodí pro dívky, které nejsou flexibilní a nemají tak dostatečný rozsah dolních končetin.

<https://www.youtube.com/watch?v=x5qPaoFsfcc> - 21.ledna 2016

Enchaînement:

Etuda je zaměřena na pirouettes a grand pirouettes.

$\frac{3}{4}$ takt

Výchozí postavení: croissée bod číslo 8, pravá noha vpřed, paže přípravná poloha.

2T předehra:

1.T: výchozí postavení

2.T: sus sous, paže allongé

1.T: pas balancé en tournant o půl obratu vpřed s postupem do bodu číslo 4, paže v 5. Pozici (levá paže ve 3. pozici)

2.T: pas balancé en tournant o půl obratu vzad s postupem do bodu číslo 4, paže v póze 3. arabesque

3.T: double grand pirouette en dedans v póze attitude vzad, paže 3. pozice,

4.T: ukončení do pózy 3. arabesque v demi-plié bod číslo 8.

5. – 6.T = 1. – 2.T

7.T, první $\frac{1}{4}$: "raz" - krok pravou nohou do bodu číslo 4,

druhá ¼: "dva" – tombé levou nohu vpřed, pravá noha přiložena na sur le cou-de-pied vzad, paže 1. pozice

třetí ¼: "tři" – développé en avant na 45°pravou nohou s půl obratem do bodu číslo 8, paže se otevírají do snížené 2. pozice

8.T pas couru vpřed s postupem do bodu číslo 8

9.T grand jeté vpřed v póze attitude croisé vzad

10.T: pas couru vpřed s postupem do bodu číslo 8

11.T – 12.T: krok levou nohou stranou, pravá noha prochází přes polohu sur le cou-de-pied na pointé croisé vpřed, paže 6. pozice (pravá paže v 1. pozici)

13.T: tour piqué en dedans s postupem do bodu číslo 3, paže v 1. pozici

14.T: double tour piqué en dedans s postupem do bodu číslo 3, paže ve 4. pozici (pravá paže ve 3. pozici)

15.T: glissade en tournant, paže prochází spodním obloukem přes 4. arabesque zpět do 6. pozice, s postupem do bodu číslo 3

16.T: póza effacé derière pointé, paže 5. pozice (levá paže ve 3. pozici)

Zvlášť levou nohou.

Tanec s partnerem

Studenti šestého ročníku by již měli mít zvládnuty základy tance s partnerem, a proto bychom měli do repertoáru klasického tance zařadit jednodušší partnerské tance jako je pas de deux (tanec dvou) a pas de trois (tanec tří) z vybraných baletů. Pro šestý ročník záměrně vybíráme charakterní tance, kde obtížnost těchto tanců spočívá ve ztvárnění charakteru jednotlivých postav. Studenti musí choreografie zvládnout nejen technicky, ale především herecky.

Spící krasavice

Hudba Petr Iljič Čajkovski, choreografie Marius Petipa.

- *Karkulka a vlk*, 3. Jednání

Poměrně technicky nenáročný tanec představuje pro interprety herecký oříšek. Vlk musí ve velkých skocích působit hrůzostrašně a naopak dívčí role zprvu šťastné Karkulky se mění na vyděšenou dívku. Obě role využívají specifické scénické formy port de bras, které dotvářejí herecký dojem z charakteru obou postav a představují velkou koordinační

náročnost v pohybu. Herecká dovednost je zde podmínkou, aby variace nepůsobila trapně.

<https://www.youtube.com/watch?v=4vQoFCWFTZg> - 21.ledna 2016

- *Kocour v botách a bílá kočka*, 3. Jednání

Adagiový tanec dvou pohádkových bytostí je velmi hravý. Z uvedených příkladů je nejnáročnější. Vyžaduje exaktní „kočičí“ provedení. Paže mají specifické port de bras, a tím pádem příliš nepomáhají v samotných prvcích. V tanci se snoubí technická náročnost jak partnerská, tak herecká.

<https://www.youtube.com/watch?v=QoQlj-2VnhY> - 21.ledna 2016

Další doporučený repertoár:

Sborové scény:

Coppélia

Hudba Leo Delibes, choreografie Arthur Saint-Léon

- *Přítekně* – 1. jednání

Sborový tanec je zaměřený na skoky a vazebné prvky. Objevuje se zde jeté enterlacé, který sice spadá do látky sedmého ročníku, ale pokud máme technicky zdatné dívky, můžeme tento prvek již zařadit, nebo jej vyměníme za assemblé en tournant. Do tance lze zapojit sólistku, Svanildu, nebo choreografii můžeme upravit a rozdělit dívky do skupinek.

<https://www.youtube.com/watch?v=R1QKY7JVnv0> - 21.ledna 2016

Faraonova dcera

Hudba Cesare Pugni, choreografie Marius Petipa

- Sbor pro dívky a chlapce (9:00 – 10:06), který je možno upravit na dívčí sbor. Jedná se o geometrické obrazce, briskní přeběhy na jevišti a průplety. Tento sborový tanec se vyznačuje svou rychlostí.

<https://www.youtube.com/watch?v=PmtYdYihOns> - 21.prosince 2015

Labutí jezero

Hudba Petr Iljič Čajkovskij, choreografie Marius Petipa.

- *Tanec nevěst*

Tanec nevěst představuje šest princezen z různých království. Každá z nich musí vyjadřovat temperamentem svou zemi, tudíž se od sebe liší nuancemi ve stylizaci paží, někdy v pirouettes a skocích. Choreografie kombinuje probranou látku šestého ročníku – pirouettes, střední a velké skoky.

https://www.youtube.com/watch?v=NZDe8_B27f0 - 1.prosince 2015

Variace

Paquita

Hudba Edouard Deldevez a Ludwig Minkus, choreografie Joseph Mazillier, Marius Petipa.

- Variace 24:35 – 26:14.

Variace zaměřena na grand allegro a grand pirouettes. Vyučuje grand jeté développé vpřed, grand jeté en tournant, double piqué pirouettes en dedans.

<https://www.youtube.com/watch?v=21IO3Egqmrw> - 1.prosince 2015

Faraonova dcera

Hudba Cesare Pugni, choreografie Marius Petipa, Pierre Lacotte.

- Variace 0:00 – 1:32.

Dámská variace procvičuje pirouettes a grand pirouettes se středními skoky a neobvyklými vazebnými prvky. Variace je obohacena o jemné port de bras, které vytváří kontrast k ostré práci chodidel.

<https://www.youtube.com/watch?v=21IO3Egqmrw> - 1.prosince 2015

6. Závěrečná etapa

„Tanec je silné kouzlo. Tanec je duše. Tělo se točí jako tekoucí ocel. Díky tomu může vibrovat jako kytara. Tělo může létat bez křídel. Může zpívat bez hlasu. Tanec je silné kouzlo. Tanec je život.“ Pearl Primus¹⁷.

6.1. VII. a VIII. ročník

Výuka v 7. a 8. ročníku je součástí poslední nejvyšší etapy výuky klasického tance. V této etapě se zdokonaluje provedení všech již dosud probraných pohybů. Nadále se rozvíjí technická dokonalost, virtuosita, umělecký projev a individualita studentů. Adagio, allegro a exercite sur les pointes jsou technicky již velmi náročné a hudební doprovod je mnohem rozmanitější. Obzvláště v allegrových variacích se zdůrazňuje rozdíl mužského a ženského tance.

6.1.1. VII. ročník

Doporučený repertoár klasického tance

„Technika, kontrola nad tělem, musí být dovedena k dokonalosti, protože tělo nesmí stát v cestě projevu duše.“ La Meri¹⁸.

Aby si dívky zvykly na násobenou rotaci, je dobré s nimi procvičovat tour fouettés a „Italské“ grand fouetté. Technicky perfektně zvládnuty by dívky měly mít 16 tour fouettés, ale výukově se snažíme vyučit co největší počet rotací. „Italské“ grand fouettes by dívky měly otočit technicky brilantně 8 obrátů. Výukově opět necháme dívky točit minimálně 16 obrátů. Rovněž procvičujeme z velké pózy pirouettes tour tire - bouchon.

¹⁷ <http://baletky.webgarden.cz/levy-sloupec/citaty/citaty-o-baletu-a-tanci>

¹⁸ <http://baletky.webgarden.cz/levy-sloupec/citaty/citaty-o-baletu-a-tanci>

Sborové tance:

Petr Pan

Hudba James Newton Howard , choreografie Michael Pink

- *Indiánky*, 1:00:00 – 1:03:40.

Sborový tanec procvičuje grand pirouettes, velké skoky a pirouettes. Indiánský tanec zahrnuje specifické port de bras (zalomené paže) a kombinuje paralelní a vytočené pozice.

<https://www.youtube.com/watch?v=tYSG2K5TUcM&list=RDtYSG2K5TUcM#t=2720> - 15.prosince 2015

Enchaînement:

Cvičení je zaměřeno na pirouettes, specifické port de bras a orientaci v prostoru.

2/4 takt

Výchozí postavení: V. pozice, pravá noha vpřed, croisée bod číslo 8, paže přípravná poloha.

2T předehra

1.T: výchozí pozice

2.T: sus sous, paže 3. pozice

1.T: velká póza attitude vzad, effacée bod číslo 8, nástup způsobem piqué, levá paže je ohnutá v lokti, jako by si dívky zakrývaly obličej předloktím, pravá paže je v 2. pozici allongé, torzo se vytáčí en face, hlava je sklopena mírně dolů

2.T: fouetté en dehors na pointé, chassé na špičkách stranou do bodu číslo 3

3.T: tombé do IV. pozice, grand pirouettes attitude en dedans, paže 3. pozice

4.T: pas balancé en tournant, paže se otevírají do 2. pozice allongé

5.T: grand rond de jambe en dedans

6.T: tombé, "blinčík" en tournant en dedans

7.T: double pirouettes en dedans, paže 1. pozice

8.T: sus sous, V. pozice, croisé bod číslo 2.

Totéž navazujeme levou nohou.

Variace:

Esmeralda

Hudba Cesare Pugni, choreografie Roland Petit, Marius Petipa.

- *Esmeralda*

Temperamentní variace vyjadřující charakter španělské dívky Esmeraldy je technicky obtížnou variací. Obsahuje grand battement envelopé s výdrží na poloze au gennou, kombinaci pirouettes - tour piqué en dedans, pirouette dégagé en dedans a double pirouettes en dehors. Střední část variace obsahuje kombinaci pirouettes po obvodu kruhu ve směru hodinových ručiček, která se může choreograficky odlišovat, a vrcholem variace jsou "měkké" grand battement s výdrží na poloze au gennou. Variace je obohacena o rekvizitu, a to tamburínu, do které tanečnice tleská či něžně kope při grand battement.

https://www.youtube.com/watch?v=T_G0MnC-MxU - 13. listopadu 2015

Enchaînement:

Vyučuje natočení en face a croisé, koordinaci specifickým paží a zejména práci s tamburínou v tanci. Dále je etuda zaměřena na přechody z jedné nohy na druhou nohu a pirouette en dehors.

2/4 takt

Výchozí postavení: croisé bod číslo 8, pravá noha stojná, levá noha pointe vzad, pravá paže drží tamburínu ve snížené 2. pozici, levá paže je založena na boku.

2T předehra

1. – 2.T: výchozí postavení, pravá paže se zvedá do 3. pozice allongé a zápěstí "třepe" v tamburínou

1.T, první ¼: "a" – V. pozice, croisée bod číslo 8, paže v 1. pozici, levá paže uhodí do tamburíny,

druhá ¼: "raz" - echappé do II. pozice en face bez výměny, paže se otevírají do 2. pozice

- 2.T, první ¼: "a" – V. pozice, en face, pravá noha vpřed, levá paže je položena na boku, pravá paže 1. pozice
druhá ¼: "dva" – sissonne simple levou nohou se záměrem vpřed, levá paže je položena na boku, pravá paže se otevírá do 2. pozice
- 3.T: grant battement enveloppé ecarté vpřed, pravou nohou, levá paže se zvedá do 3. pozice, pravá 1. pozice
- 4.T: pas de bourré suivi, croisé bod číslo 8, pravá paže se zvedá do 3. pozice allongé a zápěstí "třepe" v tamburínou, levá paže je položena na boku
5. – 7.T = 1. – 3.T
- 8.T: sus sous, paže 1. pozice
9. – 10.T: glissade en tournat s passé na polohu au genou, ukončený do IV. pozice croissé bod číslo 2
- 11.T: double pirouette en dehors, ukončená do V. pozice, croissée bod číslo 2
- 12.T: sus sous, paže 3. pozice
13. – 14.T: 2x ballotté na pózu en avant effacé, pravá paže v 1. protažené pozici, levá paže je položena na boku
- 15.T: ballotté na pózu a la second, en face, paže v 3. pozici allongé
- 16.T: sus sous. V. pozice croissée bod číslo 2, levá paže je položena na boku, pravá paže je ve 3. pozici, torzo natočeno jako při 4. arabesque.

- *Diana* – 1:40 – 3:26

Variace procvičuje grand pirouettes, grand allegro v kombinaci se sauté sur les pointes. Tato variace je náročná díky tempu a rekvizitě, luku, který sólistka neustále používá.

<https://www.youtube.com/watch?v=21IO3Egqmrw> - 4. listopadu 2015

Enchaînement:

Cvičení je změřeno na procvičení pirouettes do různých směrů a sauté v demi-plié sur les pointes v póze 1. arabesque.

2/4 takt

Výchozí postavení: stoj na pravé noze, levá noha pointé derrière, bod číslo 8, paže přípravná poloha allongé, hlava vpravo.

2T předehra

1.T: výdrž ve výchozím postavení

2.T, první ¼: "dva" –

druhá ¼: "a" – demi-plié v V. pozici croisé bod číslo 8, paže přípravná poloha, pohled do pravé dlaně

1.T: penché do pózy 1.arabesque

2.T: sissonne jeté na a la second, paže v 2. pozici allongé

3.T: krok na levou nohu do pózy attitude croisé derrière, bod číslo 2, paže 5. pozice (levá paže ve 3. pozici)

4.T: pas chassé na špičkách pravou nohou do bodu číslo 6, paže 6. pozice (pravá paže v 1. pozici)

5. – 6.T: double pirouettes attitude effacé en dedans, paže v 3. pozici, ukončená do pózy 1. arabesque do bodu číslo 2

7. – 8.T: 6x sauté v demi-plié sur les pointes v póze 1. arabesque

9. – 12.T: krok levou nohou do pózy attitude croisée derrière, bod číslo 2, paže 5. pozice (levá paže ve 3. pozici), sauté na špičkách ve stejné póze

13.T: levou nohou développé en avant effacée na 45° do bodu číslo 8, paže snižená 2. pozice allongé

14. – 15.T: tombé levou nohou vpřed effacé do bodu číslo 8, pas de bouerré simple bez přiložení sur le cou-de-pied

16.T: levou nohou degagé vpřed do pózy 2. arabesque pointé, bod číslo 8

17. – 18.T: tombé pravou nohou vpřed do bodu číslo 4, levá noha přiložena na polohu sur le cou-de-pied, paže v 1. pozici, sissonne temps levé , paže v póze 2. arabesque, pas chassé do bodu číslo 4,

19. – 20.T: double pirouettes en dedans do bodu číslo 4 způsobem tombé, paže ve 3. pozici ukončená do pózy 1. arabesque v demi-plié do bodu číslo 2

21.T: 2x sauté v demi-plié sur les pointes v póze 1. arabesque

22.T: levá noha zavřít vpřed do V. pozice croisé, paže přípravná poloha, sus sou, paže 3. pozice

23.T: pas chassé effacé do bodu číslo 8, paže se otevírají do 2. pozice

24.T: levou nohou degagé vpřed do pózy 2. arabesque pointé, bod číslo 8

25. – 30.T = 17. – 22.T

31.T: glissade en tournant levou nohou do bodu číslo 8, paže 1. pozice

32.T: póza 2. arabesque pointe, bod číslo 8

Tanec s partnerem:

Agon

Hudba Igor Stravinskij, choreografie George Balanchine.

Nedějový balet, tzv. abstraktní, rozdělen do tří částí. Choreografii vytvořil George Balanchine, autorem hudby je Igor Stravinský. Výběr tohoto díla volíme z důvodu náročnosti hudby, specifické formy Balanchinovy baletní techniky a neobvyklých formací.

- 2. část

Pas de trois – jedna dívka, dva muži

Tanec pro jednu dívku a dva muže obsahuje entré, dívčí variaci, variaci chlapců a adagio. Muži si doslova hrají s dívkou ve zvedaných pózách a různých promenádách. Dívka je zde hlavní postavou a zcela vyniká.

<https://www.youtube.com/watch?v=Ud8zVcHPnuM> - 13. listopadu 2015

- 3. část

Sborový tanec pro 4 heterogenní páry představuje nejrůznější kombinaci možností sborového držení. Choreografie je zaměřena na velké pózy, specifické vazebné prvky a jednoduchou partnerskou techniku, která je vždy doprovázena náročnými port de bras. Opozice, s kterými George Balanchine pracuje, tvoří pro studenty velmi náročnou složku pohybu, protože tanečníci klasického tance na ně nejsou zvyklí. Osmileté studium klasického tance se váže k ruské metodické lince, která respektuje „základní čtverec centra těla“ (ramena jsou nad boky, používá se pouze natočení épaulement) a tu právě George Balanchine záměrně upravuje do extrémních opozic – ramena nejsou nad boky, využívá spirály horního torza, port de bras nejsou v opozici, ale symetricky s dolními končetinami.

<https://www.youtube.com/watch?v=xR7vEOxL5cU> - 15. prosince 2015

Spící krasavice

Hudba Petr Iljič Čajkovskij, choreografie Marius Petipa.

- Princezna Florina a modrý pták

Partnersky náročný tanec vyučuje střední, velké skoky, pirouettes a partnerskou zvedanou, pirouettovou techniku. Scénická forma port de bras dokresluje představu o princezně z ptačího světa.

<https://www.youtube.com/watch?v=W2Ff4s7jWoe> - 24. listopadu 2015

Další doporučený repetoár:

Sborové tance:

Dance at a Gathering

Hudba Fryderyk Chopin, choreografie Jerome Robbins.

- pas de trois, 26:07 – 32:06, tři dívky. Do tance vstupuje muž a spolu s jednou z dívek tančí duet. Tuto část lze buď zcela vynechat nebo choreograficky upravit jako sólo pro dívku.

<https://www.youtube.com/watch?v=X7irDmS3eig> - 24. listopadu 2015

Etudes

Hudba Carl Czerny, choreografie Harald Lander.

Tento tanec má náročné technické jevištní požadavky na světla, a proto je tato choreografie vhodná pro závěrečné zkoušky ze scénické koncertní praxe.

- „Trénink“ 1:00 – 6:58.
Choregraficky zpracovaný a přenesený trénink klasického tance u tyče, je jevištně upraven a ukazuje rychlý průřez tréninkem. Dívky je možno rozdělit na skupinky a choreograficky dotvořit přechody.
- Sborový tanec, 7:00 – 10:15.
Tanec lze provést se sólisty nebo bez nich, záleží na rozhodnutí pedagoga. Sborový tanec zahrnuje velké pózy, střední skoky, pirouettes a práci s prostorem.

Variace:

Dance at a Gathering

Hudba Fryderyk Chopin, choreografie Jerome Robbins.

- variace, 34:00 – 35:48
Variace představuje svou náročnost v dynamických zněních pohybů. Briskní tempo střídá až allegrové. Jerome Robbins pracuje s opozicemi těla

a velmi jemným port de bras, které má jasnou formu. Noblesní variace kombinuje pirouettes, střední skoky a vazebné prvky.

<https://www.youtube.com/watch?v=X7irDmS3eig> - 13. listopadu 2015

Don Quijote

Hudba Ludwig Minkus, choreografie Marius Petipa.

- *Dryáda* – 2. Jednání, 10:50 – 12:43

Adagiová variace procvičuje v první části grand allegro s grand fondu, následně velké pózy a vrcholem variace je italské grand fouettés. Variace je vhodná pro dívky s velkým rozsahem.

<https://www.youtube.com/watch?v=21IO3Egqmrw> - 8. listopadu 2015

Carmen

Hudba Georges Bizet, choreografie Roland Petit.

- *Carmen*

Temperamentní variace obsahuje grand pózy, grand skoky a specifické vazebné prvky. Variace se vyznačuje velkou rotací v bocích a specifickou formou port de bras. Nedílnou součástí je perfektní herecké ztvárnění mladé sebejisté španělské dívky, která srší vášní a sex appeal (přitažlivostí). Variace se zcela nehodí pro jemné dívky.

<https://www.youtube.com/watch?v=7yflnLWMPGM> - 8. listopadu 2015

Tanec s partnerem:

Agon

Hudba Igor Stravinskij, choreografie George Balanchine.

- *Pas de trois*

Tanec tří - pro dvě dívky a jednoho muže. Neobvyklé přechody mezi jednotlivými prvky, specifické držení a průplety tvoří velmi náročný tanec, který využívá grand allegro, pirouettes a jemnou partnerskou techniku.

<https://www.youtube.com/watch?v=Ud8zVcHPnuM> - 4. listopadu 2015

6.1.2 . VIII. ročník

Doporučený repertoár klasického tance

„Každý tanec je o pocitech. Je o energii a životní síle a je to jedna z nejsvobodnějších aktivit, kterou můžeme provozovat.“ Wendy Bounaventura¹⁹.

V osmém ročníku se soustředíme na scénický projev. Studenti by měli být perfektně technicky připraveni na většinu variací z klasického repertoáru, a proto zařazujeme novodobé choreografy a snažíme se studenty co nejvíce roztančit.

Sborové tance:

Stars and stripes

Hudba John Philip Sous, choreografie George Balanchine.

Sborové tance vyžadují přesné geometrické obrazce a zdánlivě jednoduché taneční kroky v exaktním provedení.

- *Balábile (baletní sborová vložka)*, lze choreograficky upravovat jen pro dívky. Jedná se o prostorově náročnou sborovou scénu. Briskní tempo určuje vysokou rychlost středních a velkých skoků s perfektní koordinací paží. Využity jsou zde opozice těla, kontra pohyby, které bychom v klasickém baletním repertoáru (Spící krasavice, Labutí jezero, Louskáček aj,) nenašli.

<https://www.youtube.com/watch?v=soaHshIFBNI&list=RDpg5IJeXW6cw&index=2> - 4. listopadu 2015

Enchaînement:

Dívky jsou rozděleny na 2 skupiny po stranách bod číslo 3 a 7. Skupina z pravé strany z pohledu diváka chodí při prolínání řad vždy předem a utváří tak vždy první řadu. Cvičení je popsáno pro levou část sboru, tedy skupinu přicházející z pravé strany z pohledu diváka. Cílem etudy je ostrá práce nohou a paží, vypracování exaktní koordinace a procvičení grand pirouettes attitude effacé derrière do bodu číslo 5.

¹⁹ <http://baletky.webgarden.cz/levy-sloupec/citaty/citaty-o-baletu-a-tanci>

2/4 takt

Výchozí postavení: stoj na levé noze, pravá noha založena vzad na pointé, paže ve snížené 2. pozici allongé.

2T předehra: výdrž ve výchozím postavení.

1. – 2.T: 2x sissonnes temps levé, střídavě, pravou a levou nohou, paže ve snížené 2. pozici allongé

3.T: krok pravou nohou, levou nohou pas cabriole vpřed épaulement croissée, paže 6. pozice (pravá paže v 1. pozici)

4.T: sissonnes temps levé paže ve snížené 2. pozici allongé

5. – 6.T = 1. – 2.T

7.T: krok pravou nohou, assemblé levou nohou vpřed do V.pozice demi-plié, do bodu číslo 2, paže v 6. pozici, pravá paže ve 3. pozici

8.T: sus sous, épaulement croissé, paže 3. pozice

9. – 10.T: 2x développé à la seconde, střídavě pravou, levou nohou en face, paže střídavě do 5. pozice

11.T: sissonne simple levou nohou, paže 6. pozice (pravá paže v 1. pozici), se závěrem do V. pozice (levá noha vzad), en face

12.T: pirouette simple z V. pozice en face, ukončená do V. pozice en face, paže 1. pozice

13. – 14.T = 9. – 10.T

15.T: entrecha-quatre en face, paže přípravná poloha

16.T: sus sou en face, paže přípravná poloha allongé

17. – 18.T: 2x grand pirouettes attitude effacé derrière, způsobem tombé, do bodu číslo 5, paže snížená 2. pozice allongé

19.T: grand pirouettes attitude effacé derrière o půl obratu, způsobem tombé, ukončená do V. pozice demi-plié do bodu číslo 1, paže snížená 2. pozice allongé

20.T: relevé v V. pozici en face, paže 3. pozice

21. – 23.T: 3x sissonnes simple střídavě pravou, levou nohou paže v bok

24.T: relevé V. pozici en face, paže 3. pozice

25. – 27.T = 17. – 19.T

28. - 29.T: levá noha začíná 6 paralelních kroků s přiložením špičky kročné nohy ke kotníku dobu do bodu číslo 8, levá paže v bok, pravá paže u čela ("salutování")

31.T: *sissonne temps levé* v póze 1. *arabesque*

32.T: odběhnutí na levou stranu (výchozí strana), paže ve snížené 2. pozici *allongé*

The Concerto - Mistake Waltz

Hudba Fryderyk Chopin, choreografie Jerome Robbins.

- Sborový tanec pro 6 dívek

Vtipný tanec spojuje klasickou techniku s hereckou dokonalostí. Jedna dívka je vždy špatně v pozici, tvarech nebo provádí zrcadlově *port de bras*. Nic na sobě však nedává znát a dívky reagují na její chyby. Buď ji opraví, zaklepou na rameno nebo ji bokem „vyšoupnou“ z tvaru. Tento tanec je přesnou ukázkou etud, které by měly být na začátku každé koncertní scénické praxe. Sborový tanec procvičuje špičkovou techniku klasického tance od *pas de bourré* po *grand jeté*. *Mistake Waltz* nejde interpretovat bez perfektního hereckého výkonu. Dívky musí exaktně ztvárnit soustředěnost, stejně jako podívat se nebo nevěřičně opravit jednu z dívek.

<https://www.youtube.com/watch?v=xsRND08Upys> - 14. listopadu 2015

Enchaînement:

Etuda vyučuje *double grand pirouette* v póze 1. *arabesque*, ukončenou v V. pozici *croissé*. Náročnost kombinace spočívá v rychlém měnění *épaulement croissé*, *effacé* a *en face*. Výukově by vždy jedna dívka měla plést směr *pri pas balancé*, aby si ostatní dívky zvykly na "rozhození" choreografie i s hereckým výkonem (ani jedna z nich se nesmí smát).

$\frac{3}{4}$ takt

Výchozí postavení: Stoj na levé noze, pravá noha založena vzad na *pointé*, *épaulement* bod číslo 8, paže ve snížené 2. pozici *allongé*.

2T předehra

1. - 2.T: výdrž v pozici

- 1.T: pravou nohou développé vpřed na 45°, en face, paže malé port de bras
- 2.T: sissonne temps levé pravou nohou, en face, paže 3. pozice allongé
- 3.T: 3x pas couru vpřed, střídavě levou, pravou nohou, paže snížená 2. pozice allongé
- 4.T: pravou nohou velká póza attitude derrière croisé bod číslo 8
5. – 7.T: 3x pas balancé s natáčení épaulement effacé, střídavě levou, pravou nohou, paže 5. port de bras
- 8.T: glissade en tournant ukončený v V. pozici croisé bod číslo 2
9. – 16.T = 1. – 8.T
- 17.T: 1. arabesque, bod číslo 7
- 18.T, první ¼ a druhá ¼: "raz, dva" - pas balancé en tournant, bod číslo 7, paže 6. pozice, levé paže v 1. pozici
třetí ¼: "tři" – tombé levou nohou vpřed přes IV. pozici, bod číslo 7
19. – 20.T: double grand pirouettes en dedans v póze 1. arabesque, ukončená v V. pozici, pravá noha vpřed, paže 3. pozice
- 21.T: tombé levou nohou přes II. pozici en face, pravou nohou "měkký" grand battement jeté, en face, paže 5. pozice (pravá paže ve 3. pozici)
22. – 23. 3x tour chaînés do bodu číslo 3, paže 1. pozice
- 24.T: pravou nohou krok do v. pozice croisé bod číslo 8, paže 3. pozice
25. – 31.T = 17. – 23.T
- 32.T: pravou nohou degagé vpřed přes IV. pozici effacé bod číslo 8, ukončené do pózy 2. arabesque

Variace:

Labutí jezero

Hudba Petr Iljič Čajkovskij, choreografie Marius Petipa.

- *Odetta*

Variace bílé labutě začíná v adagioovém tempu a pomalu se dynamicky proměňuje v rychlou variaci. Stejně se vyvíjejí použité prvky v choreografii. Zprvu jsou použity "měkké" grand battement v pomalém tempu s port de bras, následují velké skoky s pas de bourré suivi a variace vrcholí diagonálou pirouettes. Snoubí se zde jemná práce port de bras

připomínající křídla labutě, špičková technická zdatnost a herecký výkon smutné labutě.

<https://www.youtube.com/watch?v=ZLxIM2OpCdc> - 22. března 2016

Enchaînement:

je převážně zaměřeno na výuku scénického port de bras s uvolněnými zápěstími charakteristického pro balet Labutí jezero. Silné držení nadloktí a tahu lopatek z těla způsobuje potřebnou ladnost paží.

$\frac{3}{4}$ takt

Výchozí postavení: Stoj na pravé noze croisé bod číslo 8, levá noha založena vzad na pointé, paže ve snížené 2. pozici allongé.

2T předehra:

- 1.T: stažení relevé do V. pozice, croisée bod číslo 8, pravá paže se hřbetem ruky zvedá po kruhu do 3. pozice allongé, levá paže snížená 2. pozice allongé
- 2.T: soutenu en avant sur les pointé en face, paže v překřížené 1. pozici, silné držení nadloktí (jako v 1. pozici), zápěstí uvolněno, dlaně směřují dolů, mírný předklon trupu, pohled na překřížené ruce
1. – 2.T: pas de bourré suivi s postupem do prava en face, paže se zvedají hřbety rukou vzhůru nad hlavu až se téměř dotknou, následně se spouští impulsem loktů dolů do snížené 2. pozice allongé
- 3.T: levou nohou passé na polohu au gennou s ukončením do V. pozice levá noha vpřed, croisée bod číslo 2, levá paže se hřbetem ruky zvedá do 3. pozice (dlaň ruky je otočena ven od těla), pravá paže je ve snížené 1. pozici, silné držení nadloktí, zápěstí uvolněno, dlaň směřuje dolů, mírný úklon trupem vpravo, hlava vlevo
- 4.T: výdrž v pozici
5. – 6.T: 2x sissonnes fermé v póze 1.arabesque, bod číslo 8
- 7.T: 1. arabesque bod číslo 8, paže se zvedají hřbety rukou vzhůru nad hlavu až se téměř dotknou

- 8.T: levou nohou tombé do IV. pozice croissée bod číslo 8, paže 2. pozice allongé mírně za tělem, hrudník mírný záklon, hlava mírně zakloněna
- 9.T: pas de bouré suivi na místě, croisée bod číslo 8, paže v překřížené 1. pozici, silné držení nadloktí (jako v 1. pozici), zápěstí uvolněno, dlaně směřují dolů, mírný předklon trupu, pohled na překřížené ruce
- 10.T: pas de bouré suivi na místě, croisée bod číslo 8, paže 2. pozice allongé, hlava vpravo
- 11.T: pas de bouré suivi na místě, croisée bod číslo 8, paže 3. pozice, překřížené, uvolněné zápěstí, dlaně rukou směřují dolů, hlava rovně bod číslo 2
- 12.T: pas de bouré suivi na místě, croisée bod číslo 8, paže se spouští impulsem loktů dolů do snížené 2. pozice allongé
13. – 15.T: 3x pirouettes degagé en dehors, bod číslo 2, paže snížená 2. pozice allongé
- 16.T: krok pravou nohou do V. pozice, levá noha vpřed, croissée bod číslo 2, levá paže se hřbetem ruky zvedá po kruhu do 3. pozice allongé, pravá paže snížená 1. pozice, uvolněné zápěstí, dlaň směřuje dolů, hlava vlevo
- Totéž levou nohou.

Don Quijote

Hudba Ludwig Minkus, choreografie Marius Petipa.

- *Dulcinela* – 2.jednání, 14:09 – 16:04

Snová variace představuje také eleganci port de bras, které by mělo být exaktní a plynulé. Variace je zaměřena na látku 7. ročníku. Snoubí se zde velké pózy, grand fouettés effacé do pózy 1. arabesque v kombinaci s grand jeté passé développé, grand sissonne fermé fondue do pózy attitude derrière. Vrcholem variace je kombinace tour piqué po obvodu kruhu ve směru hodinových ručiček. Jedná se o variaci, která představuje vrchol techniky sur les pointes.

<https://www.youtube.com/watch?v=21IO3Egqmrw> - 4. listopadu 2015

Enchaînement:

Cvičení je zaměřeno na výuku grand fouettes z effacé do effacé a na změny épaulement.

2/4 takt

Výchozí postavení: stoj na levé noze, pravá noha založena vzad na pointé, paže ve snížené 2. pozici allongé.

2T předehra

1. – 2.T: výdrž v pozici

1.T: krok pravou nohou do pózy attitude effacé derrière, bod číslo 2, paže 2. pozice

2.T: 2 kroky stranou, střídavě levou a pravou nohou, paže snížená 2. pozice allongé

3. – 4.T: krok levou nohou do pózy attitude croisé derrière ukončené do demi-plié, bod číslo 2, paže 2. pozice

5.T: krok pravou nohou stranou na pique, levá noha provádí rond en l'air

6. – 7.T: grand fouettes effacé

8.T: krok levou nohou na croisé do bodu číslo 2, grand jeté passé devant, ukončené na pointe, paže 5. poice (pravá paže ve 3. pozici)

9. – 16.T = 1. – 8.T z levé strany (totéž levou nohou)

17.T glissade en tournant, do bodu číslo 3, paže 1. pozice

18.T, první ¼: "dva" – demi-plié V. pozici

druhá 1/4: "a" – grand sissonne fondue, paže v póze 1. arabesque, ukončený do pózy attitude effacé derrière, paže 5. pozice

19.T, první ¼: "dva" – výdrž v póze

20.T: sus sous V. pozice, levá noha vpřed, paže snížená 2. pozice allongé

21.T – 24.T = 17. – 20.T z levé strany (totéž levou nohou)

25. – 28.T = 17. – 20.T

29. – 31.T: 3x tour chaînés do bodu číslo 8

32.T: degagé vpřed levou nohou do bodu číslo 8, paže 5. pozice (prava paže ve 3. pozici)

Tanec s partnerem:

Spící krasavice

Hudba Petr Iljič Čajkovskij, choreografie Marius Petipa.

- *Grand pas de deux* - Princezna Aurora a princ Desiré, 3. jednání
Grand pas de deux obsahuje entré, adagio, pánskou, dámskou variaci a codu. V tanci se snoubí špičková technika klasického tance. Obtížnost spočívá v kombinaci a délce celého pas de deux. Studenti se naučí šetřit energií a prověřit si své síly.
<https://www.youtube.com/watch?v=wp2OUUQ923c> - 16. listopadu 2015

Jewels

Hudba Gabriel Fauré, Igor Stravinskij a Petr Iljič Čajkovskij, choreografie George Balanchine.

- *Pas de deux – Diamanty*
Tento tanec dvou je vytvořen na základě dynamických změn formou momentů překvapení. Promenáda v póze IV. arabesque en dehors je ukončena takzvanou „podmetenkou“, kdy se kročná noha zvedá do polohy penché, u které se dívka otáčí směrem en dehors, následně probíhá grand fouettés en dedans a hrudník dochází pomaleji, prakticky až po grand fouettés. Konečná je tedy póza devant effacé.
<https://www.youtube.com/watch?v=5WOWjwm-QY&list=RDLuKekvgdkiE&index=9> - 18. listopadu 2015

Sborové tance:

Jewels

Hudba Gabriel Fauré, Igor Stravinskij a Petr Iljič Čajkovskij, choreografie George Balanchine. *Jednotlivé drahokamy mají své skladatele - Smaragdy - Gabriel Fauré, Rubíny - Igor Stravinsky, Diamanty - Petr Iljič Čajkovskij.*

- *Smaragdy*
Adagiový sborový tanec představuje sólový pár a dívčí sbor. Pár je možno zcela vynechat, bez choreografické úpravy. Dívky tvoří různé geometrické obrazce, průplety za pomoci vazebných prvků. Náročná práce s prostorem je ojedinělá způsobem prolínáním tvarů.

<https://www.youtube.com/watch?v=LuKekvgdkiE&list=RDpg5IJeXW6cw&index=6> - 4. března 2016

- *Rubíny*

Briskní sborový tanec je původně pro heterogenní skupinu. Můžeme jej jednoduše upravit pro dívky a mužský element nezařazovat. Tanec kombinuje střední skoky, paralelní a vytočené pozice a specifickou práci boků.

<https://www.youtube.com/watch?v=z9IsFBqYrp0&index=5&list=RDLuKekvgdkiE> - 4. března 2016

La Petite Danseuse de Degas

Hudba Denis Levailant, choreografie Patrice Bart.

- Sborový tanec s prostěradly, 1:28:40 – 1:38:00

Adagiový tanec obohacen o velké rekvizity (prostěradla) není technicky náročný. Svou náročnost představuje v práci s rekvizitou, prostorem a tancem samotným.

<https://www.youtube.com/watch?v=32tZGuhLTEQ> - 4. března 2016

Variace:

Spartakus

Hudba Aram Chačaturjan, choreografie Jurij Grigorovič.

- *Aegina* – 3:28 - 6:38

Adagiová variace procvičuje grand pirouettes v obvyklých polohách, velké pózy v opozičních polohách, které se opakují. Specifická scénická úprava a choreografický rukopis Grigoroviče vytváří neobvyklou variaci. Náročnost variace spočívá v perfektním hereckém projevu, velké technické náročnosti a délce tance.

<https://www.youtube.com/watch?v=21IO3Egqmrw> - 24. listopadu 2015

Labutí jezero

Hudba Petr Iljič Čajkovskij, choreografie Marius Petipa.

- *Odílie*

Elegantní, přesto dravý temperament *Odilie* se promítne v projevu tanečnice. Technicky velmi náročná variace obsahuje double pirouettes en dehors s grand pirouettes attitude derrière ukočené pas de bourré en tournant, velké skoky.

<https://www.youtube.com/watch?v=CXBuZskWPiQ> - 22. března 2016

Tance s partnerem:

Jewels

Hudba Gabriel Fauré, Igor Stravinskij a Petr Iljič Čajkovskij, choreografie George Balanchine.

- *Pas de deux – Rubíny*

Pár ztvárňuje neobvyklé pas de deux s různými zvedanými pózami a proplétanými partnerskými promenádami.

<https://www.youtube.com/watch?v=FixT33wXqk8&list=RDLuKekvgdkiE&index=25> - 4. března 2016

7. Závěr

Ve své magisterské práci jsem se snažila vypracovat variace pro repertoár klasického tance, které zatím nejsou dostupné širší veřejnosti. Nejedná se o dogmatický materiál, ale pouze o seznam doporučených variací pro výběr výuky repertoáru klasického tance na konzervatořích. Doporučené osnovy jsem vytvořila na základě metodologických znalostí a osnov, které již v minulosti byly vytvořeny velkými pedagogy a baletními mistry. Každou variaci či sborovou scénu jsme se snažila popsat a odůvodnit její zařazení.

Cílem mé práce bylo upozornění na důležitost vhodného výběru a volby výuky repertoáru, přiměřené věku, dispozicím a dovednostem studentek. V mé práci se mi nepodařilo zmapovat všechny balety, jak jsem si zprvu přála. Tato diplomová práce je pilotní verzí a tudíž doporučené variace jsou pouze modelové. Každý ročník by si dle mého názoru zasloužil samostatnou diplomovou práci, kde by se mohla prezentovat široká škála variací, sborových či partnerským tanců.

8. Seznam použité literatury

Bibliografické zdroje

- BAZAROVA, Nadežda Pavlovna. Klassičeskij tanec: Metodika obučenija v četvertom i pjatom klassach. Leningrad : Iskusstvo, 1975. 181 s. ISBN 808518222X.
- BEAUMONT, Cyril. The Cecchetti Method of Classical Ballet: Theory and Techniqu. USA, 2003.
- BLASIS, Carlo. Zakladní pojednání o teorii a praxi tanečního umění. Athos Praha, 1947. 64s.
- BRODSKÁ, Božena. Vybrané kapitoly z dějin baletu. Praha: AMU, 2008. 84 s. ISBN 978-80- 7331-106-3.
- FOSTER, Rory. Ballet Pedagogy: The Art of Teaching. University Press of Florida, 2010. 176s. ISBN-10: 0813034590.
- GRIEG, Valerie. Inside Ballet Technique: Separating Anatomical Fact from Fiction in the Ballet Class. Princeton Book Company, 1994. 144s. ISBN-10: 0871271915.
- KAZÁROVÁ, Helena. Ohlédnutí za vývojem klasické tance ve sborníku Ozvěny tance. Nakladatelství AMU, 1998.
- KOSTROVITSKAYA, Věra, PISAREV, Alexei. School of Classical Dance, Dance Books, 2011. 488s. ISBN-10: 1852730447.
- RYMAN, Rhonda. Ryman's Dictionary of Classical Ballet Terms: Cecchetti. USA, 1995. ISBN: 0- 929003-33-0.
- TARASOV, Nikolaj Ivanovič. Klasický tanec, SPN Praha, 1983. 319s.
- UHER, Boris. Osobnost pedagoga a dítěte. Praha : Ústr. dům lid. umelecké tvorivosti, 1970.
- VAGANOVOVÁ, Agripina Jakovlevna. Základy klasického tance. SPN Praha, 1977.
- WARREN, Gretchen Ward. Classical Ballet Technique. University Press of Florida, 1989. 395s. ISBN 10-0813009456.
- ŽDICHYNCOVÁ Věra. Základy klasického tance. Praha : SPN, 1986. 230 s.
- BEAUMONT Cyril W., IDZIKOWSKI Stanislas. The Cecchetti Method of Classical Ballet: Theory and Technique. Dover Publications, 2003. 252s. ISBN 10-0486431770.

Internet

- <https://cs.wikipedia.org/wiki/Jeviště>
- <https://managementmania.com/cs/motivace-a-motivovani>
- https://cs.wikipedia.org/wiki/Baletn%C3%AD_špičky
- <https://www.zena.cz/citaty-o-tanci/r~i:wiki:4210/>
- <http://baletky.webgarden.cz/levy-sloupec/citaty/citaty-o-baletu-a-tanci>
- <http://www.kinodukla.cz/klient-62/kino-27/stranka-53/film-11702>
- <http://baletky.webgarden.cz/levy-sloupec/citaty/citaty-o-baletu-a-tanci>
- <https://cz.pinterest.com/pin/422423640023685978/>
- http://brnensky.denik.cz/galerie/snehurka_balet_brno_3.html?mm=3055821
- <https://www.zena.cz/citaty-o-tanci/r~i:wiki:4210/>
- <http://baletky.webgarden.cz/levy-sloupec/citaty/citaty-o-baletu-a-tanci>
- <http://baletky.webgarden.cz/levy-sloupec/citaty/citaty-o-baletu-a-tanci>
- <https://simonparrismaninchair.com/2013/08/31/the-australian-ballet-la-sylphide-review/>
- <http://baletky.webgarden.cz/rubriky/fotografie-a-deje-baletu-p-t/probuzeni-flory>
- <https://www.center.iastate.edu/events/series/moscow-festival-ballet/>
- <https://cz.pinterest.com/pin/523895369124405532/>
- http://www.sng-mb.si/en/predstave-opera-balet/navihanka_1/
- <http://baletky.webgarden.cz/levy-sloupec/citaty/citaty-o-baletu-a-tanci>
- <http://baletky.webgarden.cz/levy-sloupec/citaty/citaty-o-baletu-a-tanci>
- <https://balletomanos.com/2011/05/>
- <http://www.danceeurope.net/gallery/le-corsaire-2014-english-national-ballet>
- <http://michellepotter.org/wp-content/uploads/2013/09/Ako-Kondo-in-Paquita-The-Australian-Ballet-2013.-Photo-Jeff-Busby-web.jpg>
- <https://cz.pinterest.com/pin/517632550893368855/>
- <http://sadyanka97.blog.cz/1301/citaty-o-tanci-iii>
- <http://www.theartsdesk.com/dance/nutcracker-english-national-ballet-london-coliseum-4>
- <http://www.ephemeralist.com/2012/05/abts-inspired-casting-draws-from-home.html>
- <https://www.tumblr.com/search/iohna-loots>
- <http://baletky.webgarden.cz/levy-sloupec/citaty/citaty-o-baletu-a-tanci>

- <http://baletky.webgarden.cz/levy-sloupec/citaty/citaty-o-baletu-a-tanci>
- <https://leahslife.com/category/arts-entertainment/ballet/page/3/>
- <http://dancetabs.com/2012/09/new-york-city-ballet-apollo-orpheus-agon-new-york/>
- <http://baletky.webgarden.cz/levy-sloupec/citaty/citaty-o-baletu-a-tanci>
- <https://luquito96.wordpress.com/2013/12/19/george-balanchines-jewels/>
- <https://www.pnb.org/season/15-16/see-the-music/>
- <https://cz.pinterest.com/explore/the-black-swan/>

Youtube

- <https://www.youtube.com/watch?v=5mHGU6FcaDA>
- <https://www.youtube.com/watch?v=wuPq8ZwFhIM>
- <https://www.youtube.com/watch?v=3uTVF2MzS6o>
- <https://www.youtube.com/watch?v=V5H4UMbKkgs>
- <https://www.youtube.com/watch?v=oAAodYX3xI8>
- https://www.youtube.com/watch?v=1Spo_Gl1QaE
- <https://www.youtube.com/watch?v=Mp2wWLTkwWg>
- https://www.youtube.com/watch?v=lfqAofD_vJs
- <https://www.youtube.com/watch?v=TkhDN0SM0z8>
- <https://www.youtube.com/watch?v=LiGY2d65r7I>
- https://www.youtube.com/watch?v=j_8ha5M81p0
- <https://www.youtube.com/watch?v=BCuIPWuWBB0>
- <https://www.youtube.com/watch?v=npSTh8JMvh4>
- <https://www.youtube.com/watch?v=KAhLYCQ4vwI>
- <https://www.youtube.com/watch?v=QkOXy3Shl3A>
- <https://www.youtube.com/watch?v=11Z1mURnMSM>
- <https://www.youtube.com/watch?v=bf6lOE7TAaU>
- <https://www.youtube.com/watch?v=jIedrPOobY0>
- <https://www.youtube.com/watch?v=21lO3Egqmrw>
- <https://www.youtube.com/watch?v=29w-wOqqMUM>
- <https://www.youtube.com/watch?v=Hr-IKpgB2uw>
- <https://www.youtube.com/watch?v=fghnJPnwMgg>
- <https://www.youtube.com/watch?v=BCuIPWuWBB0>
- <https://www.youtube.com/watch?v=BCuIPWuWBB0>
- <https://www.youtube.com/watch?v=ryFyVpqbqGQ>
- <https://www.youtube.com/watch?v=21lO3Egqmrw>

- <https://www.youtube.com/watch?v=21IO3Egqmrw>
- <https://www.youtube.com/watch?v=21IO3Egqmrw>
- <https://www.youtube.com/watch?v=21IO3Egqmrw>
- <https://www.youtube.com/watch?v=21IO3Egqmrw>
- <https://www.youtube.com/watch?v=21IO3Egqmrw>
- <https://www.youtube.com/watch?v=Hr-IKPgB2uw>
- <https://www.youtube.com/watch?v=bcitQIf6nD8>
- <https://www.youtube.com/watch?v=4xvU5IUDUyc&list=RD4xvU5IUDUyc#t=4>
- <https://www.youtube.com/watch?v=tA0pgrCXU9w>
- <https://www.youtube.com/watch?v=R1QKY7JVnv0>
- <https://www.youtube.com/watch?v=PmtYdYihOns>
- https://www.youtube.com/watch?v=X6_O7g19PwI
- <https://www.youtube.com/watch?v=IIViRIE1AKs>
- https://www.youtube.com/watch?v=NZDe8_B27f0
- <https://www.youtube.com/watch?v=21IO3Egqmrw>
- <https://www.youtube.com/watch?v=21IO3Egqmrw>
- <https://www.youtube.com/watch?v=pL7mt7HKPWg>
- <https://www.youtube.com/watch?v=x5qPaoFsfcc>
- <https://www.youtube.com/watch?v=mXkE2tVsvfs>
- <https://www.youtube.com/watch?v=4vQoFCWFTZg>
- <https://www.youtube.com/watch?v=QoQlj-2VnhY>
- <https://www.youtube.com/watch?v=xR7vEOxL5cU>
- <https://www.youtube.com/watch?v=xR7vEOxL5cU>
- <https://www.youtube.com/watch?v=X7irDmS3eig>
- <https://www.youtube.com/watch?v=GGO2DmXto80>
- <https://www.youtube.com/watch?v=tYSG2K5TUcM&list=RDtYSG2K5TUcM#t=2720>
- <https://www.youtube.com/watch?v=21IO3Egqmrw>
- https://www.youtube.com/watch?v=T_G0MnC-MxU
- <https://www.youtube.com/watch?v=X7irDmS3eig>
- <https://www.youtube.com/watch?v=21IO3Egqmrw>
- <https://www.youtube.com/watch?v=7yfLnLWMPGM>
- <https://www.youtube.com/watch?v=Ud8zVcHPnuM>
- <https://www.youtube.com/watch?v=Ud8zVcHPnuM>
- <https://www.youtube.com/watch?v=W2Ff4s7jWOE>

- <https://www.youtube.com/watch?v=soaHshIFBNI&list=RDpg5IJeXW6cw&index=2>
- <https://www.youtube.com/watch?v=LuKekvgdkiE&list=RDpg5IJeXW6cw&index=6>
- <https://www.youtube.com/watch?v=z9IsFBqYrp0&index=5&list=RDLuKekvgdkiE>
- <https://www.youtube.com/watch?v=xsRND08Upys>
- <https://www.youtube.com/watch?v=32tZGuhLTEQ>
- <https://www.youtube.com/watch?v=21IO3Egqmrw>
- <https://www.youtube.com/watch?v=ZLxIM2OpCdc>
- <https://www.youtube.com/watch?v=CXBuZskWPiQ>
- <https://www.youtube.com/watch?v=wp2OUUQ923c>
- <https://www.youtube.com/watch?v=5WOwWjwm-QY&list=RDLuKekvgdkiE&index=9>
- <https://www.youtube.com/watch?v=FixT33wXqk8&list=RDLuKekvgdkiE&index=25>

9. Přílohy

Osnovy klasického tance

1.ročník²⁰

Exercice à la barre

Pozice nohou – I., II., III., V. a IV.

Pozice paží – přípravná poloha, 1., 3. a 2. p. (procvičit na volnosti i u tyče)

- Demi-plié v I., II, III., V. a IV. p.
- Grand plié v I., II. a V. pozici. IV. pozici učíme později
- Battments tendus:
 - pozice stranou, vpřed a vzad,
 - do demi-plié v I. pozici stranou, vpřed a vzad,
 - z V. p. stranou, vpřed a vzad,
 - do demi-plié v V. pozici stranou, vpřed a vzad,
 - s postavením chodidla na podlahu ve II. pozici z I. a V. pozice (battement tendu double),
 - s postavením chodidla na podlahu do demi-plié ve II. a IV. pozici, dále s přechodem na druhou nohu,
 - passé par terre přes I. pozici vpřed a vzad.
- Battements tendus jetés:
 - z I. a V. pozice stranou vpřed a vzad,
 - do demi-plié v I. a V. pozici stranou, vpřed a vzad,
 - piqué stranou, vpřed a vzad,
 - a 3. port de bras.
- Préparation pro rond de jambe par terre en dehors a en dedans.
- Demi-rond a rond de jambe par terre en dehors a en dedans (vysvětlit pojem en dehors = otevírání a en dedans = zavírání).
- Rond de jambe par terre en dehors a en dedans v demi-plié.
- Plié soutenu špičkou do podlahy stranou, vpřed a vzad. Ve II. pololetí s vyzvednutím na pološpičky v V. p..
- Položení nohy sur le cou-pe-pied vpřed a vzad (základní i scénická).

²⁰ osobní archív Mgr. Margarita Častová, Janáčkova konzervatoř a Gymnázium v Ostravě, Ostrava 2005

- Battement fondu stranou, vpřed a vzad. Zpočátku špičkou do podlahy, ve II. pololetí 45°.
- Battement soutenu stranou, vpřed a vzad. Zpočátku špičkou do podlahy, ve II. pololetí 45°.
- Battement retiré sur le cou-de-pied, později na 90°.
- Battement frappé stranou, vpřed a vzad. Zpočátku špičkou do podlahy, později na 30°.
- Petits battements sur le cou-de-pied.
- Battement double frappé stranou, vpřed a vzad. Zpočátku špičkou do podlahy, ve II. pololetí na 30°.
- Rond de jambe en l'air en dehors a en dedans.
- Battement relevé lent na 45°, později na 90° – z I. a V. pozice stranou vpřed a vzad.
- Battements développés:
 - vpřed, stranou a vzad,
 - développé passé všemi směry.
- Grand battement jeté z I. a V. pozice vpřed, stranou a vzad.
- Relevés na pološpičky v I., II. a V. pozici s propnutými koleny i z demi-plié.
- Záklony trupu, později úklony (čelem k tyči).
- Pas suivi bez postupu z místa (čelem k tyči).
- Pas de bourrée s výměnou nohou (čelem k tyči).
- Půlobraty v V. pozici k tyči a od tyče s výměnou nohou na pološpičkách (s propnutými koleny i z demi-plié). Celý obrat fakultativně.
- Préparation k pirouette sur le cou-de-pied z V. pozice en dehors a en dedans fakultativně.

Exercice au milieu

- Postavení épaulement croisé a effacé (vysvětlit croisé = překřížené postavení dolních končetin a effacé = otevřené postavení dolních končetin).
- Pózy: croisée, effacée, écartée vpřed a vzad: 1., 2. a 3. arabesque (vše špičkou do podlahy).
- Demi-plié v I. a II. pozici en face: ve III., V. a IV. pozici nejdříve en face, později v épaulement.
- Grand plié v I. a II. pozici en face: v V. pozici en face a v épaulement
- 1., 2. a 3. port de bras.
- Battements tendus:

- z I. a V. pozice všemi směry,
- z I. a V. pozice do demi-plié všemi směry,
- battement double do II. pozice z I. a V. pozice,
- battement double do II. pozice a IV. pozice do demi-plié a s přechodem na druhou nohu,
- do póz croisée a effacée, 1. a 3. arabesque,
- passé par terre přes I. pozici.
- Battements tendus jetés:
 - z I. a V. pozice všemi směry,
 - z I. a V. pozice všemi směry do demi-plié,
 - pique všemi směry.
- Préparation pro rond de jambe par terre en dehors a en dedans.
- Demi rond de jambe a rond de jambe par terre en dehors a en dedans.
- Plié soutenu všemi směry.
- Battement fondu špičkou do podlahy všemi směry, ve II. pololeté na 45°.
- Battement soutenu špičkou do podlahy všemi směry.
- Battement frappé všemi směry špičkou do podlahy, ve II. pololetí 30°.
- Petits battements sur le cou-de-pied.
- Battement double frappé špičkou do podlahy všemi směry, ve II. pololetí na 30°.
- Rond de jambe en l'air en dehors a en dedans.
- Battement relevé lent všemi směry na 45° a na 90°.
- Battement développé všemi směry.
- Grand battement jeté z I. a V. pozice všemi směry.
- Relevé na pološpičky v I., II. a V. pozici s propnutými koleny i z demi-plié.
- Pas suivi en face na místě i s postupem stranou.
- Pas de bourrée s výměnou nohou en face a s ukončením do épaulement.
- Obraty na pološpičkách v V. p. na místě.
- Temps lié par terre vpřed a vzad.
- Polobrat v V. pozici na pološpičkách s propnutými koleny i z demi-plié a fakultativně celý obrat.

Allegro

- Temps levé sauté v I., II. a V. pozici.
- Changement de pieds.
- Pas échappé do II. p..

- Pas assemblé stranou, koncem roku vpřed a vzad en face.
- Pas glissade stranou, koncem roku vpřed a vzad en face.
- Pas balancé.
- Sissonne fermée stranou, koncem roku vpřed a vzad en face.
- Sissonne simple (koncem roku).
- Petit pas chassé vpřed en face.
- Pas jeté stranou.
- Tremplinové skoky v I. a II. p..
- Pas de basque – scénická forma.
- Pas polka.

Exercice sur les pointes

Výuku na špičkách zařazujeme výhradně v druhém pololetí školního roku. V prvním pololetí školního roku se zaměřuje na explikaci správné úpravy špiček, správného postavení chodidel ve špičkách a zejména posílení svalů a vazů v oblasti kotníků.

- Relevés v I., II. a V. p..
- Pas échappé do II. p. z I. a V. p. a fakultativně do IV. p.
- Pas assemblé soutenu stranou – en face.
- Pas de bourrée s výměnou.
- Pas suivi en face na místě, s postupem stranou a en tournant.
- Pas couru vpřed a vzad.
- Pas glissade stranou, vpřed a vzad.

2.ročník²¹

Exercice à la barre

- Velké a malé pózy: croisée, effacée, ecartée vpřed a vzad, 2. arabesque špičkou do podlahy na propnuté stojné noze i v demi-plié. (po osvojení jednotlivých póz jejich zařazení do kombinací).
- Battements tendus:
 - double (s dvojitým postavením na paty ve II. pozici),
 - ve všech malých i velkých pózách.

²¹ osobní archív Mgr. Margarita Častové, Janáčkova konzervatoř a Gymnázium v Ostravě, Ostrava 2005

- Battements jetés:
 - balancoir,
 - ve všech malých i velkých pózách.
- Rond de jambe par terre:
 - demi-rond de jambe na 45° en dehors a dedans na celém chodidle i na pološpičce,
 - rond de jambe na 45° en dehors a en dedans na celém chodidle.
- Battements fondus:
 - en face na pološpičce,
 - v malých pózách na celém chodidle špičkou do podlahy, na 45° a na pološpičce,
 - double na celém chodidle a na pološpičce.
- Battement soutenu s vyzvednutím na pološpičky všemi směry a ve všech malých pózách, špičkou do podlahy i na 45.
- Battement frappé všemi směry na pološpičce.
- Battement double frappé všemi směry pološpičce.
- Petits battements sur le cou-de-pied na pološpičce.
- Flic vpřed a vzad na celém chodidle a s vyzvednutím na pološpičku.
- Pas tombé na místě, druhá noha v poloze sur le cou-de-pied.
- Pas coupé na celé chodidlo a na pološpičku.
- Rond de jambe en l'air en dehors a en dedans na pološpičce.
- Temps relevé na 45° en dehors a en dedans na celém chodidle i s ukončením na pološpičce.
- Battements relevés lents na 90° a battements développés:
 - v pózách croisée, effacée, écartée vpřed a vzad, attitude effacée a croisée, 2. arabesque,
 - développé passé s přechodem z pózy do pózy.
- Demi-rond de jambe a grand rond de jambe na 90° en dehors a en dedans.
- Grands battements jetés:
 - ve velkých pózách,
 - pointé en face a v pózách.
- Relevés na pološpičkách:
 - ve IV. pozici,
 - s pracující nohou v poloze sur le cou-de-pied,
 - s pracující nohou na 45°.

- 1. a 3. port de bras provedené propnutou nohou postavenou na špičku vpřed, stranou nebo vzad. 3. port de bras se provádí se stojnou nohou v demi-plié.
- Obrat k tyči a od tyče v V. pozici s výměnou nohou, s propnutými koleny i z demi-plié.
- Obrat fouetté en dehors a en dedans o $\frac{1}{4}$ a $\frac{1}{2}$ kruhu z pózy do pózy a špičkou do podlahy na vypnuté noze i v demi-plié.
- Soutenu en tournant en dehors a en dedans s $\frac{1}{2}$ obratem špičkou do podlahy, celý obrat fakultativně koncem roku.
- Půlobraty na jedné noze en dehors a en dedans:
 - s pracující nohou sur de cou-de-pied,
 - s výměnou nohy na celém chodidle i na pološpičce.
- Préparation k pirouette sur le cou-de-pied en dehors a en dedans z V. a II. pozice, fakultativně pirouette sur le cou-de-pied en dehors a en dedans.

Exercice au milieu

Cviky se procvičují en face a v épaulement na celém chodidle.

- Velké i malé pózy: croisée, effacée, écartée vpřed a vzad, 1. , 2. a 3. arabesque. Po osvojení zapojit do rozličných cvičení.
- Grand plié ve IV. pozici en face a v épaulement croisé a effacé.
- Battements tendus:
 - v malých a velkých pózách,
 - double do II. pozice.
- Battements tendus jetés:
 - v malých a velkých pózách,
 - piqué en face a v pózách,
 - balancoir en face a v pózách.
- Rond de jambe par terre en dehors a en dedans v demi-plié.
- Demi-rond a rond de jambe na 45° en dehors a en dedans na celém chodidle.
- Battements fondus:
 - do malých póz špičkou do podlahy a na 45° ,
 - s plié-relevé en face a v malých pózách,
 - double en face.
- Battements soutenus:

- en face a v malých pózách špičkou do podlahy,
- na 45° celém chodidle.
- Battement frappé do malých póz špičkou do podlahy a na 30°.
- Battement double frappé do malých póz špičkou do podlahy a na 30°.
- Petits battements sur le cou-de-pied.
- Rond de jambe en l'air en dehors a en dedans.
- Flic vpřed a vzad na celém chodidle.
- Pas tombé na místě, druhá noha v poloze sur le cou-de-pied a pas coupé na celém chodidle.
- Battements relevés lents a battements développés:
 - do všech velkých póz kromě 4. arabesque,
 - passé en face,
 - s přechodem z pózy do pózy.
- Demi-rond de jambe na 90° en dehors a en dedans en face.
- Grand battement jeté a grand battement jeté pointé ve všech velkých pózách.
- 4. a 5. port de bras a port de bras s náklony těla stranou.
- Temps lié par terre se záklonem a náklonem těla stranou.
- Póza 4. arabesque špičkou na podlaze.
- Relevés na pološpičky:
 - ve IV. pozici croisée a effacée,
 - s pracující nohou v poloze sur le cou-de-pied.
- Pas de bourrée:
 - bez výměny nohou ze strany do strany špičkou do podlahy a na 45°,
 - ballotté na effacée a croisée špičkou do podlahy a na 45°.
- Obrat v V. pozici s výměnou nohou s propnutými koleny i z demi-plie.
- Préparation k pirouette sur le cou-de-pied en dehors a en dedans z V., II. a IV. pozice, pirouette z V. pozice en dehors a en dedans fakultativně.
- Soutenu en tournant s ½ obratem en dehors a en dedans a koncem roku fakultativně s celým obratem.
- Pas glissade en tournant na pološpičkách en dehors a en dedans s ½ obratem s postupem stranou, koncem roku fakultativně celý obrat.
- Pas couru vpřed a vzad.

Allegro

- Temps levé sauté ve IV. pozici.

- Grand changement de pieds.
- Petit changement de pieds.
- Changement de pieds en tournant o ¼ a ½ obratu.
- Grand pas échappé do II. pozice en face a IV. pozice na croisée a effacée.
- Pas échappé do II. a IV. pozice s ukončením na jednu nohu, druhá je v poloze sur le cou-de-pied.
- Pas assemblé vpřed a vzad en face a do póz croisée a effacée.
- Double assemblé (na 2/4 každé).
- Sissonne simple en face a v malých pózách.
- pas jeté vpřed a vzad.
- Pas glissade všemi směry en face a v malých pózách.
- Pas coupé.
- Pas chassé všemi směry en face a do póz.
- Pas de chat – scénický forma ve spojení se sissonne na 1. arabesque.
- Sissonne fermée do póz.
- Sissonne ouverte na 45° en face a do póz.
- Pas embité vpřed a vzad sur le cou-de-pied a na 45° na místě a s postupem z místa.
- Pas de basque vpřed a vzad.
- Pas balancé en tournant se ¼ obratem.
- Pas de basque – scénická forma se ¼ obratem.
- Temps levé v póze 1. a 2. arabesque (scénická forma sissonne).
- Pas échappé battu (koncem roku).
- Tour en l'air (v chlapecké třídě).

Exercice sur les pointes

- Relevé ve IV. pozici en face, croisée a effacée.
- Pas échappé do IV. pozice croisée a effacée, pas échappé do II. a IV. pozice s ukončením na jednu nohu, druhá v poloze sur le cou-de-pied vpřed.
- Pas assablé soutenu vpřed, stranou, vzad en face a v pózách.
- Pas de bourrée s výměnou nohou a s ukončením v épaulement.
- Pas de bourrée bez výměny nohu ze strany do strany na piké a na 45°.
- Pas de bourrée ballotté na croisée a effacée na piké a na 45°.
- Pas suivi v malých a velkých pózách s postupem vpřed, stranou, vzad a en tournant.
- Pas couru vpřed, vzad en face a v épaulement.

- Pas glissade všemi směry a pózách.
- Temps lié par terre vpřed a vzad.
- Sissinne simple en face a v pózách.
- Půlobraty a obraty v V. pozici.
- Sus-sous v malých pózách a velkých pózách.
- Pas jeté stranou na místě, s postupem vpřed, stranou, vzad, kročná noha přiložena na sur le cou-de-pied.
- Pas coupé-ballonné stranou.
- Preparation k pirouettes sue le cou-de-pied en dehors a en dedans z V.,IV. pozice.

3. ročník²²

Exercice à la barre

- Grand plié s port de bras.
- Battement tendu pour batterie.
- Rond de jambe na 45° en dehors a en dedans na relevé a v demi-plié.
- Battement fondu: double na relevé, s plié- relevé s demi rond a demi rond de jambe na 45° en face, s plié – relevé z pózy do pózy, na 90° en face a do póz na celém chodidle a na relevé.
- Battement soutenu na 90° všemi směry en face a v pózách na celém chodidle a na relevé.
- Battement frappée ve všech pózách na relevé, všemi směry do póz s ukončením v demi- plié.
- Flic – flac en face na celém chodidle s ukončením na relevé a en tournant s půlobraty.
- Pas tombé z místa s ukončením sur le cou-de-pied špičkou na piké a na 45°.
- Rond de jambe en l'air en dehors a en dedans s ukončením v demi-plié.
- Battement relevé let a battement développé všemi směry en face a v pózách a relevé a v demi-plié.
- Demi a grand rond de jambe na 90° v demi-plié en dehors a en dedans.
- Grand battement jeté passé par terre s ukončením vpřed i vzad na piké.
- Třetí port de bras s rozkluzem (s kročnou nohou na piké, stejná v v demi-plié, bez přechodu na druhou nohu).
- Soutenu en tournant en dehors a en dedans s celým obratem.

²² osobní archív Mgr. Margarita Častová, Janáčkova konzervatoř a Gymnázium v Ostravě, Ostrava 2005

- Půlobraty na jedné noze en dehors a en dedans s kročnou nohou na sur le cou-de-pied a ve spojení s pas tombé.
- Pirouette z V. pozice en dehors a en dedans.

Exercice au milieu

- Grand plié a port de bras.
- Battement tendu en tournant en dehors a en dedanso 1/8 a ¼ obratu.
- Demi.rond de jambe na 45° en dehors a en dedans na relevé i v demi-plié.
- Battement fondu na relevé en face a v pózách, s plié-relevé a demi-rond de jambe na 45°en face na elém chodidle a na relevé, double na celém chodidle a na relevé, na 90°en face na celém chodidle.
- Battement soutenu na 90°en face na celém chodidle.
- Battement frappé na relevé.
- Double s ukončením do demi-plié en face i do póz, na relevé.
- Petits battements sur le cou-de-pied na relevé.
- Flic-flac na celém chodidle a s ukončením na relevé
- Pas tombé z místa, se zdůrazněním druhé pózy, s ukončením sur le cou-de-pied.
- Pas coupé na relevé.
- Rond de jambe en l'air en dehors a en dedans na relevé.
- Temps relevé na 45° en dehors a en dedans na celém chodidle i na relevé.
- Battements relevés lents a battements développés do pózy 4.arabesque na celém chodidle, en face a v pózách s relevé i v demi-plié, do demi-plié a s přechodem z nohy na nohu en face a z pózy do pózy na celém chodidle.
- Temps lié na 90°s přechodem na celé chodidlo.
- Grand battement jeté passé par terre s ukončením na piké.
- Třetí port de bras se skluzem.
- Pas de bourrée dessus-desous en face, ballotté en tournant en dehors a en dedans.
- Pas jeté fondu s postupem vpřed i vzad.
- Soutenu en tournant en dehors a en dedans s půlobratem s celým obratem s kročnou nohou na 45°.
- Pas glissade en tournant en dehors a en dedans postupem stranou a po diagonále s celým obratem.
- Obrat fouettes en dehors a en dedans o ¼ a ½ kruhu z pózy do pózy s kročnou nohou na piké.

- Pirouettes en dehors a en dedansze II., V., IV.pozice s končením do V., IV.pozice degagé.

Allegro

- Temps relevé sauté v V.pozici s postupem vpřed, vzad, stranou.
- Changement de pieds s postupem vpřed, vzad, stranou.
- Pas échappé do II., IV.pozice en tournant se $\frac{1}{4}$ a $\frac{1}{2}$ obratem.
- Double assamblé.
- Pas assamblé s postupem z místa en face a v pózách.
- Sissonne simple en tournant en dehors a en dedans s $\frac{1}{2}$ obraty.
- Pas jeté s postupem vpřed, vzad, stranou, en face a v malých pózách s přiložením kročné nhy na sur le cou-de-pied a na 45° .
- Pas de chat.
- Temps relevé s přiložením kročné nohy sur le cou-de-pied.
- Sissonne ouverte ne 45° do malých póz na místě i s postupem s postupem vpřed, vzad, stranou.
- Sissonne tombé en face a v pózách.
- Temps lié sauté.
- Pas ballonné stranou, vpřed, vzad en face a v pózách na místě i s postupem z místa.
- Entrechat-quatre.
- Royale.
- Pas assamblé battu.
- Tou en l'air.
- Scénická forma sissonne v 1. arabesque s pas couru.

Exercice sur les pointes

- Pas echappé en tournant do II., IV.pozice se $\frac{1}{4}$ obraty.
- Pas assamblé soutenu en tournant en dehors a en dedans s $\frac{1}{2}$ obratem a s celým obratem.
- Pas de bourrée dessus-dessous, ballotté s $\frac{1}{4}$ obratem
- Sissonne simple se $\frac{1}{4}$ obratem.
- Pas glissade en tournant s $\frac{1}{2}$ obratem a celým obratem s postupem stranou.
- Sissonne ouverte se $\frac{1}{4}$ a $\frac{1}{2}$ obratem, na 45° všemi směry a do póz.
- Pas tombé z pózy do pózy na 45° .

- Relevé na jedné noze, kročná noha s přiložením sur le cou-de-pied nebo na 45°.
- Pas ballonné stranou, vpřed, vzad.
- Pas jeté do póz na 45°s ukončením v demi-plié.
- Pas jeté fondu po diagonále vpřed, vzad.
- Pas polka všemi směry.
- Pirouettes sur le cou-de-pied en dehors a en dedans z V., IV. pozice.
- Pas couru a pas suivi rozličnými směry.

4. ročník²³

Exercice à la barre

- Obrat typu fouetté en dehors a en dedans o ¼ a o ½ s protaženou kročnou nohou ve výši 45° vpřed a vzad na celé noze a s plié-relevé.
- Flic-flac en face bez obratu. Ve druhém pololetí en tournant en dehors a en dedans sukončením do všech směrů ve výši 45°.
- Rond de jambe en l'air en dehors a en dedans s plié - relevé a s abaissé - relevé.
- Preparace a tours přes temps relevé ve výši 45° en dehors a en dedans.
- Batt. frappé double en tournant o ¼ a ½ obratu en dehors a en dedans.
- Batt. battus vpřed a vzad v malých pózách effacées a croisées.
- Batt. relevé lent a batt. développé:
 - do všech směrů a velkých póz s plié-relevé,
 - z plié - relevé a demi - rond en face,
 - z plié - relevé a demi - rond z pózy do pózy.
- Batt. fondu do výše 90° do tří směrů en face a do velkých póz na pološpičce.
- Batt. développé ballotté vpřed a vzad.
- Relevé na pološpičku s kročnou nohou ve výši 90°.
- Grand rond de jambe jeté en deors a en dedans (fakultativně).
- Soutenu en tournant en dehors a en dedans o půl a celý obrat začínající z otevřené polohy na 90° a z velkých póz.
- Tour sur le cou - de - pied en dehors a en dedans začínají z otevřené polohy stranou ve výši 45°.
- Preparace k tour tire - bouchon z V. poz. en dehors a en dedans a tours (fakultativně).

²³ osobní archív BcA. Eliška Grabcová, Dis., Praha 2016

- Batt. développé vpřed a vzad s pomalým obratem typu fouetté en dedans a en dehors – t. j. k tyči a od tyče.
- Batt. développé tombé do tří směrů en face.
- Grand batt. jeté se zvednutím na pološpičku a na pološpičce.
- Grand temps relevé en dehors a en dedans.
- Grand batt. jeté développé (měkký battement) do tří směrů en face na celé noze, koncem roku se zvednutím na pološpičku.

Exercice au milieu

- Batt. tendu a batt. tendu jeté stranou en tournant o ½ obratu, vpřed a vzad (fakultativně).
- Rond de jambe par terre en dehors a en dedans en tournant o ¼.
- Rond de jambe ve výši 45° en dehors a en dedans na pološpičce, v demi – plié, s plié – relevé.
- Batt. fondu do výše 90° do tří směrů en face a do velkých póz na pološpičce.
- Batt. soutenu do výše 90° do tří směrů en face a do velkých póz na pološpičce.
- Pas jeté s pohybem z místa stranou en tournant o ½ obratu en dedans a en dehors.
- Batt. frappé v malých pózách na pološpičce.
- Batt. frappé double na pološpičce s ukončením do demi – plié do tří směrů en face a do malých póz.
- Ronde jambe en l'air en dehors a en dedans s ukončením do demi – plié.
- Batt. relevé lent a batt. développé do tří směrů en face a do velkých póz na pološpičku a s plié – relevé.
- Demi – rond de jambe développé en dehors a en dedans en face a z pózy do pózy na pološpičce, v demi – plié a s plié – relevé en face.
- Pas tombé z pózy do pózy ve výši 45°.
- Grand temps lié vpřed a vzad s přechodem na celou nohu i na pološpičku.
- Tour lent ve všech velkých pózách (vyučuje se zprvu o ½ obratu) a tour lent s passé z pózy do pózy.
- Grand battement jeté développé („měkký battement“) na celé noze.
- Pas de bourée s výměnou nohou (simple) en tournant en dehors a en dedans.
- Pas de bourée dessus – dessous en tournant.

- Soutenu en tournant o $\frac{1}{2}$ a celý obrat, začínající z otevřené polohy ve výši 90° a z velké pózy.
- Pas glissade vpřed en tournant po diagonále.
- Obrat typu fouetté en dehors a en dedans o $\frac{1}{4}$ a o $\frac{1}{2}$ s kročnou nohou v otevřené poloze vpředu nebo vzadu ve výši 45° .
- Preparace ze II. a IV. pozice pro pirouettes ve velkých pózách en dehors a en dedans a ze IV. pozice pro tour tire – bouchon en dehors a en dedans.
- Tours sur le cou – de – pied en dehors a en dedans ze II. a IV. pozice s ukončením v V. a IV. pozici (dva obraty).
- Šesté port de bras s ukončením ve IV. pozici jako preparace pro pirouettes ve velkých pózách en dehors a en dedans.
- Tours chainés (4 – 8) fakultativně.
- Tours sur le cou – de – pied z V. pozice en suite (po jednom obratu za sebou 4 – 6x) en dehors a en dedans.
- Flic – flac s ukončením do tří směrů en face do výše 45° , t. j. bez obratu.
- Tour tire – bouchon z V. pozice en dehors a en dedans.
- Grand rond de jambe développé na pološpičce en dehors a en dedans.
- Preparace k tours sur le cou – de – pied z grand plié v I. a V. pozice en dehors a en dedans.
- Pas couru pro použití v kombinacích.

Allegro

- Pas échappé battu "složitější".
- Pas échappé battu s ukončením na jednu nohu.
- Pas assemblé battu.
- Entrechat – trois.
- Entrechat – cinq.
- Pas brisé vpřed a vzad.
- Temps levé sauté s kročnou nohou v otevřené poloze ve výši 45° vpřed, vzad a stranou a v pózách.
- Pas assemblé do výše 45° s pohybem z místa do všech tří směrů. Vyučuje se z kroku – coupé a z pas glissade (příprava ke grand assemblé).
- Grand sissonne ouverte do všech směrů en face a do póz na místě. Po osvojení s pohybem z místa.
- Sissonne simple en tournant o $\frac{1}{2}$ obratu (dívky), celý obrat (chlapci) en dehors a en dedans.

- Pas emboité do výše 45° en face s pohybem z místa vpřed a vzad po přímce a po diagonále. Zprvu se vyučuje na místě.
- Grand emboité vpřed a vzad. Zprvu se vyučuje vpřed a vzad.
- Rond de jambe en l'air sauté simple en dehors e en dedans. Vyučuje se ze sissonne ouverte a z V. poz.
- Tour en l'air (chlapci) – 1 obrat 2x za sebou.
- Grand assemblé z kroku – coupé stranou a ze sissonne tombée – coupé stranou, vpřed a vzad.
- Pas echappé do II. a IV. poz. entourant o ½ obratu, pas echappé do II. poz. koncem roku celý obrat (chlapci).
- Pas chassé vpřed, vzad, stranou. Vyučuje se ze sissonne tombée a z développé tombé.

Exercice sur les pointes

- Pas échappé do 2. a 4. en tournant o půl.
- Pas de bourée en tournant všechny druhy:
 - s výměnou,
 - dessus-dessousi.
- Pas glissade en tournant s otevřením kročné nohy devant a s posunem po diagonále (4-8).
- Grand sissonne ouvert ve všech směrech a pózách (bez posunu).
- Pas jeté do velkých póz s měkkým dopadem do plié.
- Relevé na jedné noze v pózách (bezposunu):
 - kročná noha na 45 stupňů (2-8),
 - kročná noha na 90 stupňů (2-4) 7) relevé en tournant na jedné noze o 1/4 obratu, kročná noha na sur le cou-de-pied.
- Pas ballonné s posunem vpřed a vzad.
- Rond de jambe en l'air et dehors et en dedans.
- Pirouettes en dehors a en dedans ze 4. pozice (1-2).
- Pirouettes en dehors z 5. pozice (sázené, 4-8).
- Temps sauté na špičkách v 5. pozici s posunem vprřed a vzad.
- Changement de pied s posunem vpřed, vzad i en tournant.
- Sissonne simple en tournant o 1/4 i 1/2 obratu.
- Pas de bourée suivi po kruhu.

5. ročník²⁴

Exercice à la barre

- Ronds de jambes en l'air en dehors a en dedans:
 - double na celém chodidle, na pološpičce a s ukončením v plié,
 - na 90° na celém chodidle.
- Flic – flac en tournant en dehors a en dedans z pózy do pózy na 45°.
- Batt. développé s:
 - tombé en face a v pózách zakončené špičkou do podlahy a na 90°
 - s krátkým balancé.
- Temps relevé na 90° en dehors a en dedans na celém chodidle a na pološpičce.
- Grands batt. jetés:
 - na pološpičce,
 - développé /měkký batt./ na pološpičce,
 - balancoir vpřed a vzad.
- Půl obrat en dehors a en dedans s pózy do pózy přes passé na 45° a na 90° na pološpičce a s plié – relevé.
- Obrat fouetté en dehors a en dedans se ¼ a ½ obratem s nohou zvednutou vpřed nebo vzad na 90°, na pološpičce a s plié – relevé
- Polovina tour en dehors a en dedans s plié – relevé s nohou drženou vpřed nebo vzad na 45° a 90°.
- Pirouette tem relevé en dehors a en dedans (fakultativně dva obraty).
- Pirouette sur le cou – de – pied en dehors a en dedans s postavením s propnutou nohou vpřed nebo vzad na 45°.
- Tour tire – bouchon en dehors a en dedans z postavení z propnutou nohou vpřed, stranou a vzad na 90°.
- Tours fouettés na 45° en dehors a en dedans.

Exercice au milieu

- Rond de jambe par terre en tournant en dehors a en dedans s půl obratem.
- Batt. fondu en tournant en dehors a en dedans se ¼ obratem.
- Batt. frappé a batt. double farppé en tournant en dehors a en dedans o 1/8 a ¼ obratu špičkou do podlahy a na 30°.
- Batt. battus vpřed a vzad en face a v épaulement.

²⁴ osobní archiv BcA. Eliška Grabcová, Dis., Praha 2016

- Flic – flac en tournant en dehors a endedans s ukončením na 45° do V. a IV. pozice.
- Ronds de jambes en l'air en dehors a en dedans:
 - double na pološpičce a s ukončením v demi – plié,
 - en tournant na celém chodidle o 1/8 a ¼ obratu,
 - na 90° na celém chodidel /1 – 2/.
- Batt. relevés lents a batt. développé s v pózách 4. arabesque a écartée na pološpičce a s plié – relevé.
- Batt. développé s:
 - tombé en face a v pózách se zakončením špičkou do podlahy a na 90°,
 - ballotté.
- Grand rond de jambe développé en dehors a endedans en face a z pózy do pózy na pološpičce, v demi - plié a s plié – relevé.
- Tours lents en dehors a en dedans ve velkých pózách:
 - v demi- plié,
 - s pózy do pózy se zapojením trupu.
- Temps relevé na 90° en face en dehors a en dedans na celém chodidle a na pološpičce.
- Grand batt. jeté passé (na 90°).
- Grand port de bras – préparation k tours ve velkých pózách.
- Grand fouetté en face z kroku na croisé, zakončené do pózy attitude effacée, 1. a 2. arabesque.
- Batt. divisé en quart en dehors a en dedans.
- Temps lié par terre s pirouette en dehors a en dedans.
- Obraty en dehors a en dedans z pózy do pózy přes passé na 45° a 90° s plié – relevé.
- Pirouette en dehors a en dedans ze II., V. a IV. pozice s ukončením do pózy špičkou na podlaze (dva obraty).
- Pirouette en dehors a en dedans z échappé do II. a IV. pozice (1 – 2 obraty).
- Pirouette temps relevé en dehors a en dedans (1 obrat).
- Pirouette en dehors a en dedans s nohou v poloze sur le cou – de – pied a v póze attitude vpřed na 45° (2 – 4 – 6, nezavírá se V. pozice).
- Pirouette sur le cou -. de- pied a tour tire – bouchon en dehors a en dedans z grand plié v I. a V. pozici.
- Tour tire – bouchon en dehors a en dedans ze II., V. a IV. pozice (1 – 2 obraty).

- Pirouette en dehors a en dedans s pas tombé.
- Tours fouettés na 45° (8 obratů).
- Tours vevelkých pózách /1 obrat/:
 - ze II. pozice en dehors a en dedans a la seconde a tire – bouchon,
 - ze IV. pozice en dedans tire – bouchon, a la seconde, 1. a 2. arabesque, attitude effacée a póza croisée vpřed,
 - ze IV. pozice en dehors 3. arabesque a attitude croissée.
- Tours degagé po přímce a po diagonále (4 – 8).
- Tours en dedans s coupé – kroku (tours piqués) po přímce a po diagonále (4 – 8).
- Tours chainés (8 – 16).

Allegro

- Entrechat-quatre s posunem vpřed i vzad.
- Petit pas assamblé en tournant o 1/4.
- Double assemble battu.
- Petit pas jeté battu.
- Pas ballotté s ukončením kročné nohy špičkou do podlahy a na 45.stupňů.
- Pas failli vpřed a vzad.
- Sissonne simple en tournant en dehors i en dedans.
- Sissonne ouverte en tournant en dehors i en dedans s ukončením do strany
- Pas jeté fermé na 45 stupňů ve všech směrech a pózách.
- Pas ballonné z krok-coupé s 1/2 obratem.
- Petit pas jetés en tournant s posunem do strany a s 1/2 obratem (rovně a po diagonále).
- Double rond de jambe en l'air souté en dehors i en dedans (z přípravy sisson ouvert a z v. pozice.)
- Pas ballonné battu do strany, bez posunu a s posunem.
- Grand sissonne tombée ve všech směrech a pózách.
- Grand temps lié sauté vpřed i vzad.
- Grand pas de chat.
- Grand pas assamblé do strany z příprav:
 - coupé-krok,
 - pas glissade,
 - sisson tombé,

- développé tombé devant.
- Temps levé v pózách na 90. stupňů.
- Grand pas jeté vpřed v pózách:
 - attitude croisée,
 - 1., 2., 3. arabesque,
 - attitude effacée z coupé – krok,
 - attitude efface,
 - 1., 2. arabesque z pas glissade.
- Grand fouetté v pózách:
 - attitude efface,
 - 1., 2. arabesque.
- Grand pas assamblé vpřed z coupé – krok a pas couru.
- Grand pas cabriole na 45. stupňů vpřed i vzad z příprav:
 - coupé-krok,
 - pas glissade,
 - sissonne ouvert,
 - sissonne tombé (chlapecký ročník).
- Pas emboité en tournant s posunem do strany a po diagonále. (4)
- Temps glissé (klouzavý posun vpřed a vzad na demi-plié) v pózách 1.,2., a 3. arabesque.
- Grand sissonne tombée á la second ve spojení s pas de bourrée s posunem po přímce a diagonále.
- Tours en l'air (1 obrat, pro chlapce volitelně 2).
- Dva tour en l'air (chlapecký ročník- volitelně).
- Grand pirouette (pro chlapce, 4-6).
- Petit pas jeté en tournant s posunem do strany s 1/2 obratem, po přímce a diagonále.
- Sissonne ouverte na 45° en tournant en dehors i en dedans s obratem o 1/4 i 1/2.
- Grand sissonne ouverte ve všech směrech a pózách s posunem. (écartée, 4. arabesque bez posunu)
- Pas tombé z pózy do pózy na 90.
- Double rond de jambe en l'air en dehors i en dedans.
- Fouetté na 90° z pózy á la second v 1. a 2. arabesque (1/4 obratu).
- Grand fouetté z kroku do attitude effacée, I., II. arabesque.
- Relevés na jedné noze v pózách na 45° i 90° s posunem vpřed (4-6).

- Soutenu en tournant en dehors i en dedans z pózy na 90 (1/2 a celý obrat).
- Grand battements jetés ve všech směrech a pózách.
- Tours s přípravou pas tombé na 45° en dehors i en dedans.
- Dvě pirouettes en dehors i en dedans z V. a IV. pozice.
- Tour en dehors (sázené) po 1 obratu z 5. pozice (8-16).
- Pas glissade en tournant s posunem vpřed po diagonále (8-16).
- Pirouettes en dehors z dégagé po diagonále (12-16).
- Pirouettes en dedans z coupe-krok po diagonále (tour piqués, 12-16).
- Pirouettes fouettés na 45. stupňů (8-16).
- Tours chainés (8-12).
- Pas emboité-piqué o 1/2 obratu s posunem do strany a po diagonále (2-4).
- Pas emboité-sauté na místě a s posunem (jedna noha na sur le cou-de pied devan a druhá derrière) (4-8).

Exercice sur les pointes

- Petit pas jeté entourant s posunem do strany s 1/2 obratem, popřímce a diagonále.
- Sissonne ouverte na 45° en tournant en dehors i en dedans s obratem o 1/4 i 1/2.
- Grand sissonne ouverte ve všech směrech a pózách s posunem (écartée, IV. arabesque bez posunu).
- Pas tombé z pózy do pózy na 90°.
- Double rond de jambe en l'air en dehors i en dedans.
- Fouetté na 90° s á la second v I., II. arabesque (1/4 obratu).
- Grand fouetté z kroku do attitude effacée, I., II. arabesque.
- Relevés na jedné noze v pózách na 40° i 90° s posunem vpřed (4-6).
- Soutenu en tournant en dehors i en dedans začínaje z pózy na 90°
- Grand battements jetés ve všech směrech a pózách.
- Tours s přípravou pas tombé na 45° en dehors i en dedans.
- Dvě pirouettes en dehors i en dedans z V. a IV. pozice.
- Tour en dehors (sázené) po 1 obratu z V. pozice (8-16).
- Pas glissade en tournant s posunem vpřed po diagonále (8-16).
- Pirouettes en dehors z dégagé po diagonále (12-16).
- Pirouettes en dedans z coupe po diagonále (tour piqués, 12-16).
- Pirouettes fouettés na 45° (8-16).
- Tours chainés (8-12).

- Pas emboité-piqué o 1/2 obratu s posunem do strany a po diagonále (2-4).
- Pas emboité-sauté na místě a s posunem (jedna noha na sur le cou-de pied devan a druhá derriere, 4 – 8).

6. ročník²⁵

Exercice à la barre

- Grads battements jetés passé na 90° devant a derrière.
- Développé – balancé s rychlým demi rond d'ici – de là.
- Třetí port de bras s kročnou nohou v póze na 90° devant, derrière, stojná noha na pološpičce.
- Flic – flac en tournant z velké pózy do velké pózy, en dehors a en dedans.

Exercice au milieu

- Flic – flac en tournant en dehors a en dedans s ukončením do malých póz.
- Battement fondu en tournant.
- Battement battu vpřed a vzad.
- Grand battement jeté balancé stranou s postupem vpřed i vzad, na místě vpřed i vzad.
- Rond de jambe en l'air en tournant en dehors a en dedans.
- Temps lié par terre s double pirouettes.
- Double pirouettes sur le cou-de-pied s preparací způsobem sauté z I. – V. pozice.
- Pirouettes à la seconde à la tire-bouchon a ve všech velkých pózách z II., IV., V. pozice.
- Pirouettes sur le cou-de-pied z grand plié ve II. pozici en dehors a en dedans.
- Double pirouettes sur le cou-de-pied z grand plié v I., V. pozici en dehors a en dedans.
- Pirouettes ve velkých pózách z grand plié v I., II., IV., V. pozice en dehors a en dedans.
- Grand temps plié na 90°s doubles pirouettes z V. pozice, en dehors a en dedans.
- Grand temps relevé s pirouettes, en dehors a en dedans.
- Battement divisé en quart s púlotáčením a celým otočením en dehors a en dedans.

²⁵ Štúrová, Astrid: Didaktika klasického tance pro 6.ročník hudební a taneční školy, Státní pedagogické nakladatelství Praha, 1987

- Grand fouettes z kroku na croisé vpřed do pózy attitude effacé, 1. a 2. arabesque a fouetté zpět do pózy effacé vpřed.
- Předklon a zdvih trupu v 1. a 3. arabesque penché.
- Développé tombé všemi směry a do všech póz.
- Quatre pirouettes a šesté port de bras.
- Double pirouettes sur le cou-de-pied s ukončením do velké pózy.
- Pirouettes ve všech velkých pózách z pas coupé přímo na napnutou nohu, en dehors a en dedans.
- "Italské adagio" s passé a fouetté en tournant na effacé.

Allegro

- Sissonne simple en tournant en dehors a en dedans.
- Sissonne ouverte en tournant všemi směry, do všech malých póz, en dehors a en dedans.
- Sissonne tombé en tournant všemi směry, do všech malých póz, en dehors a en dedans.
- Temps lié sauté en tournant, en dehors a en dedans.
- Double rond de jambe en láir sauté, en dehors a en dedans.
- Gargoullade, en dehors a en dedans.
- Cabriole na 45° všemi směry a do všech póz.
- Brisé dessus – dessous.
- Pas ballotté.
- Pas emboîté en tournant s postupem stranou po půlotáče – směrem vpřed, vzad a po diagonále.
- Grand pas de chat.
- Petit jeté en tournant s postupem stranou po půl otáče.
- Pas soubresaut vpřed i vzad.
- Grant jeté s pas couru, s pas glissade, s pas de bourrée, se sissonne, s pas tombée coupé.
- Jeté passé croisé a effacé na 45° a 90° z kroku, ze sissonne tombée s pas couru vpřed i vzad.
- Grand assamblé en tournant stranou z pas couré.
- Ballonné s krokem o půlotáčky.
- Grand sissonne ouverte ve velkých pózách s půlotáčkou en dehors a en dedans, a s postupem z místa.
- "Italské" grand fouetté sauté

- Grand fouetté z kroku na croisé v pózách attitude effacé, 1. a 2. Arabesque a vpřed do pózy effacée vpřed.
- Entrechat six.
- Tours sissonne tombée.
- Tours chaînés 8 otáček.
- Echappé en tournant o půlotáčky i o celou otáčku.
- Double tours en l'air pro chlapce.
- Malý sklud po diagonále vpřed i vzad v demi – plié v póze 1. arabeque.
- Grand assemblé battu.

Exercice sur les pointes

- Double rond de jambe en l'air z V. pozice a ze sissonne ouverte.
- Tours en dehors a dégagé po diagonále na effacé.
- Tours en dedans po diagonále na effacé.
- Double pirouettes sur le cou-de-pied en dehors a en dedans s preparací pas coupé relevé, tombé.
- Grand fouettes na effacé vpřed i vzad.
- Grand fouettes z kroku na croisé vpřed do pózy attitude effacé, 1. a 2. arabesque a zpět do pózy effacé vpřed.
- "Italské fouettes an face".
- Tours z V.pozice en dehors s postupem po diagonále.
- Fouetté na 45°- 8 otáček.
- Tours chaînés po diagonále vpřed, vzad – 8 otáček.

7. a 8. ročník²⁶

Exercice au milieu

- Grand fouetté en tournant.
- „Italské“ grand fouette.
- Renversé.
- Grand pirouettes.
- Grand pirouettes ukončené způsobem fouetté.
- Grand pirouettes ukončené způsobem demi rond de jambe.
- Grand pirouettes ukončené způsobem grand rond de jambe.
- Grand pirouettes ukončené způsobem grand fouetté en tournant.

²⁶ Shchekaleva, Anna: Magisterská práce, Metodika nových prvků klasického tance 7. a 8. ročníku osmileté taneční konzervatoře. Praha 2006

Allegro

- Pas brisé en tournant.
- Pas chassé en tournant.
- Grand assemble battu en tournant.
- Grand sissonne ouverte en tournant – způsobem développé.
- Grand sissonne ouverte en tournant.
- Grand sissonne renversé.
- Grand jeté passé do póz.
- Grand jeté renversé.
- Pas de ciseaux.
- Grand jeté ballotté.
- Grand pas de basqu.
- Grand fouetté cabriole.
- Saut de baque.
- Jeté enterlacé.
- Grand jeté en tournant z croisé do croisé.
- Grand jeté en tournant v póze attitude effacée derrirère.
- Grand jeté en tournant v póze I.arabesque.
- Revoltade.²⁷

²⁷ Magisterská práce, Anna Shchekaleva, Metodika nových prvků 7. a 8. Ročníku osmileté taneční konzervatoře, Praha 2006