

T.C.
İSTANBUL ÜNİVERSİTESİ
DEVLET KONSERVATUVARI
BALE ANASANAT DALI

YÜKSEK LİSANS TEZİ

RUS VAGANOVA BALE EKOLÜ'NDE
İLK ÜÇ YILIN BAR HAREKETLERİNİN
MÜZİK ÖRNEKLERİYLE İNCELENMESİ

Hüma İŞSEVER

2501151479

TEZ DANIŞMANI

Öğr. Gör. Oral YAZICI

İSTANBUL-2019



T.C.
İSTANBUL ÜNİVERSİTESİ
SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ

YÜKSEK LİSANS
TEZ ONAYI



ÖĞRENCİNİN;

Adı ve Soyadı : HÜMA İŞSEVER Numarası : 2501151479
Anabilim Dalı / Anasanat Dalı / Programı : SAHNE SANATLARI
ANASANAT DALI/YÜKSEK LİSANS Danışmanı : ÖĞR. ÜYESİ ORAL YAZICI
Tez Savunma Tarihi : 13.06.2019 Saati : 11.30
Tez Başlığı : RUS VAGANOVA BALE EKOLÜ'NDE İLK ÜÇ YILIN BAR HAREKETLERİNİN MÜZİK
ÖRNEKLERİYLE İNCELENMESİ

TEZ SAVUNMA SINAVI, İÜ Lisansüstü Eğitim-Öğretim Yönetmeliği'nin 36. Maddesi uyarınca yapılmış,
sorulan sorulara alınan cevaplar sonunda adayın tezinin KABULÜNE OYBİRLİĞİ / OYÇOKLUĞUYLA karar verilmiştir.

JÜRİ ÜYESİ	İMZA	KANAATİ (KABUL / RED / DÜZELTME)
1- PROF. ŞEBNEM ÜNAL		Kabul
2- DOÇ. TAN TEMEL		Kabul
3- ÖĞR. GÖREVLİSİ ORAL YAZICI		Kabul

YEDEK JÜRİ ÜYESİ	İMZA	KANAATİ (KABUL / RED / DÜZELTME)
1- DOÇ. TUFAN KARABULUT		
2- DOÇ. EZGİ SAYDAM		

ÖZ

RUS VAGANOVA BALE EKOLÜ'NDE İLK ÜÇ YILIN BAR HAREKETLERİNİN MÜZİK ÖRNEKLERİYLE İNCELENMESİ

HÜMA İŞSEVER

Bu çalışmada, Vaganova Bale Sisteminin ilk üç senesinde kullanılan bar hareketleri, öğrenciler için belirleyici ve yapılması zorunlu teknik hareketler, belli bir sıralama içerisinde, müzik kullanımları ve nota örnekleri ile beraber verilmeye çalışılmıştır.

İlk senede yapılan hareketler, ikinci ve üçüncü senede tekrar yazılmadan, eklemeleri ve değişimleri ile birlikte verilmiştir. Tavsiye edilen sıra ve yöntem ile uygulanışı, yine öğreticinin kendi bilgi ve ders işleyiş yöntemi ve öğrencinin bunu algılama ve sergileme yeteneği arasındaki bağlantıya göre değişiklikler gösterebilmektedir.

Sonuç olarak hedeflenen, egzersizlerin sıra ve aşamalarının doğru müziklerle desteklenerek dansçının, doğru bir teknik ve fiziki yeterliliğe ulaştırılmasıdır. Bale korrepitörlerinin de, öğretmenin gösterdiği hareketlere en uygun düşen müzik eşliğini seçebilmeleri ve bu alandaki eksikliklerin giderilmesi amacıyla, temel bar egzersizlerinden en önemlileri seçilmiş olup, bu hareketlerin her birinin yapısına en uygun müziği, açıklamaları ve nota örnekleriyle verilmeye çalışılmıştır. Bu içerik ile birlikte, bale korrepitörlerinin de bu çalışmadan faydalanması amaçlanmıştır.

Anahtar kelimeler: Vaganova Bale Müfredatı, Bale, Sahne Sanatları, Bar Egzersizleri, Dans, Bale Müziği, Piyano Eşliği, Korrepitör

ABSTRACT

A STUDY ON THE BAR MOVEMENTS OF THE FIRST THREE YEARS IN RUSSIAN VAGANOVA BALLET SCHOOL WITH MUSIC SAMPLES

HÜMA İŞSEVER

In this study, the bar movements used in the first three years of Vaganova Ballet System, the determinative and compulsory technical moves for the students were tried to be provided in a certain order along with the music uses and note samples.

The movements carried out in the first year were stated in the second and third years only with the additions and changes thereof without being rewritten. The recommended order and method can vary depending on the relation between the instructor's own knowledge and methodology and the student's ability to perceive and display it.

As a result, the aim is to develop the dancer for the accurate technical and physical competence by supporting the orders and stages of the exercises with correct music. In order for the ballet correpetitors to choose the most suitable musical accompaniment for the movements shown by their teachers and to eliminate the deficiencies in this field, the most important basic bar exercises were selected and the most appropriate music for each of these movements were tried to be provided with explanations and musical note examples. With this content, it is also intended that ballet correpetitors benefit from this study as well.

Keywords: Vaganova Ballet Curriculum, Ballet, Performing Arts, Bar Exercises, Dance, Ballet Music, Piano Accompaniment, Correpetitor

ÖNSÖZ

Klasik bale eğitiminde Vaganova sistemi hedef alınarak, bu sistem temelinde ilk üç senede öğretilen bar egzersizleri, öğretiliş aşamaları ile birlikte incelenmiş olup, müzik eşliği örnekleriyle, bale eşliğinin, bale dersine olabilecek pozitif etkileri ve destekleyiciliği de çalışmaya katılmak istenmiştir.

Bu güzel sanatı icra etmemde emeği olan, beni bu sanata yönlendiren, hayatımı değiştiren çok insan oldu. Meslek hayatımda, özellikle profesyonel dans yaşamım boyunca birçok değerli eğitmen ve koreografla çalışma şansı yakaladım. Bu süreçte, özellikle Devlet Balesi'nde çok farklı sistemleri deneyimleme ve farklı tekniklerle çalışma şansına eriştim. Bu aşamada, dans hayatımı şekillendiren okulda aldığım doğru eğitimin ve dolayısıyla Vaganova Sistemi'nin teknik anlamda bana çok şey kattığını anladım.

İşte bu sebeple, bana bu farkındalığı kazandıran, benim konservatuvara girmemde, bu mesleği seçmemde ve sağlam bir bale tekniği kazanmamda emeği büyük olan, mesleğe olan aşkını bana her zaman aşılayan, profesyonel dans yaşamımın bitmesinin akabinde, beni Yüksek Lisans programı konusunda yüreklendiren ve önümü açan, Yüksek Lisans eğitimim boyunca bana Vaganova Bale Akademisi'nde hocalık eğitimi gördüğü yıllarda edindiği değerli bilgileri aktaran ve kendi elleriyle yazdığı ders notlarını ve anılarını bana sonuna kadar açan, tez aşamamda bu değerli notları kullanmama izin veren ve bizzat gözden geçiren, değerli zamanını bana ayıran, benim için yeri ayrı, çok değerli yirmi yıllık bale hocam Dr. Öğr. Üy. Zehra Tarım Özbal'a minnettarım.

Yine okula girdiğim ilk günden beri, gerek öğrenciliğim boyunca verdiği eğitimle gerekse Yüksek Lisans programım boyunca bana verdiği destekle, beni, ilkeli bir eğitmen olma yolunda güzel bir yere taşıdığına inandığım, yine tez aşamamdaki emekleri ve desteği dolayısıyla, çok değerli hocam ve tez danışmanım Oral Yazıcı'ya,

Eğitim hayatımın başından beri, birçok anlamda kendime rol model seçtiğim, kendisiyle İngiliz Bale Sistemi'nde çalışma imkanını bulduğum için şanslı hissettiğim, beni uluslararası eğitimler için her zaman destekleyen, Yüksek Lisans programımda da beraber çalışma imkanına eriştiğim, yine benim için çok değerli olan sevgili hocam Doç. Dr. Zeynep Tuzcular Vural'a,

Devlet balesine kabul edildiğim dönemde baş koreografım ve Yüksek Lisans programım boyunca da asistanlığını yapma mutluluğuna eriştiğim, engin deneyimlerinden faydalanmamı sağlayan, tecrübe ve görüşlerini benimle paylaşan Ayfer Zeren'e,

Yine Yüksek Lisans programım boyunca, özellikle ilk senede asistanlığını yaptığım ve bilgilerini benimle paylaşan ve bana yol gösteren, ilk bale öğretmenlerimden olan, eğitimciliği yanında bana manevi desteğini esirgemeyen, zor zamanlarımda yardıma koşan, dost olan, sevgili hocam Murat Kurtulmuş'a

Tezimin yaklaşık son altı ayına denk gelen hamilelik sürecimde, kızımı kucağıma alma heyecanı ile doğru ve düzgün bir tez hazırlama heyecanı arasında kaldığım bu süreçte, 18 yıllık bale piyanistliği geçmişini ve deneyimlerini benimle paylaşan ve tezime müzik formlarını katmamda en büyük desteği veren, bu süreçte kuşkusuz beni her anlamda taşıyan en büyük destekçilerimden, değerli eşim Doç. İlker İşsever'e ve bizi gururlandırarak The Royal Ballet School'a kabul alan, okulumuzun başarılı ve yetenekli öğrencisi Yasemin Çaynak'a, güzel fotoğraflarıyla tezime olan katkılarından dolayı teşekkür ediyorum.

İÇİNDEKİLER

ÖZ	iii
ABSTRACT	iv
ÖNSÖZ.....	v
İÇİNDEKİLER.....	vii
FOTOĞRAFLAR LİSTESİ.....	xi
GİRİŞ.....	1

BİRİNCİ BÖLÜM

VAGANOVA BALE METODU'NDAKİ ANA ÖZELLİKLER VE BAR HAREKETLERİ

1.1. Vaganova Metodunun Ana Özellikleri	3
1.2. Doğru Bar Tutuşu	3
1.3. Bar Egzersizleri	7
1.4. Bar Egzersizinin Bölümleri Ve Sıraları	10
1.5. Günlük Egzersizin Bölümleri Ve Önemi	11

İKİNCİ BÖLÜM

VAGANOVA METODUNDA KLASİK BALE DERSİNDE BİRİNCİ YIL BAR HAREKETLERİ

2.1. Demi Plié.....	12
2.2. Grand Plié	16
2.3. Battement Tendu (Yana-Öne-Arkaya)	19
2.4. Demi Plié İle Birinci Ve Beşinci Pozisyona Kapatarak Battement Tendu (Yana-Öne-Arkaya)	23
2.5. Battement Tendu Beşinci Pozisyondan (Öne-Yana-Arkaya).....	24
2.6. Battement Double Tendu (Birinci Ve Beşinci Pozisyonlardan)	25
2.7. Battement Tendu Demi Plié İle İkinci Pozisyonda (Birinci Ve Beşinci Pozisyona Kapatarak)	26
2.8. Passe Par Terre (Birinci Pozisyondan Geçerek Öne Ve Arkaya)	27
2.9. Battement Tendu Jeté Birinci Ve Beşinci Pozisyonlarda (Yana-Öne-Arkaya)	30
2.10. Battement Jeté Puanté	32

2.11. Battement Jeté Piqué	32
2.12. Port De Bras (Birinci Ve Üçüncü Pozlarda).....	34
2.13. Demi Rond De Jambe Par Terre (En Dehors-En Dedans).....	37
2.14. Rond De Jambe Par Terre (En Dehors / En Dedans)	41
2.15. Rond De Jambe Par Terre Demi Plié İle (En Dehors/ En Dedans)	42
2.16. Plié Soutenu (Öne-Yana-Arkaya)	42
2.17. Battement Soutenu (Öne-Yana-Arkaya)	43
2.18. Sur Le Cou De Pied Pozisyonları	46
2.19. Battement Fondu (Yana-Öne-Arkaya)	49
2.20. Battement Retiré Sur Le Cou De Pied	52
2.21. Battement Frappé (Yan-Öne-Arkaya)	54
2.22. Petit Battement.....	56
2.23. Battement Double Frappé (Yana-Öne-Arkaya)	59
2.24. Battement Relevé Lent 90 Derecede.....	62
2.25. Rond De Jambe En L'air	64
2.26. Battement Développé (Yana-Öne-Arkaya)	66
2.27. Grand Battement Jeté (Öne-Yana-Arkaya).....	68
2.28. Relevé (Demi Point) Birinci-İkinci Ve Beşinci Pozisyonlarda.....	71
2.29. Port De Bras (Yana/Arkaya)	76
2.30. Pas De Bourré Suivi	78
2.31. Pas De Bourré (En Dehors-En Dedans).....	78
2.32. Demi Detourné	79

ÜÇÜNCÜ BÖLÜM

VAGANOVA METODUNDA KLASİK BALE DERSİNDE İKİNCİ YIL BAR HAREKETLERİ

3.1. Epaulment Egzersizleri.....	84
3.2. Battement Tendu.....	86
3.2.1. Demi Plié İle Dördüncü Pozisyona Basış Ve Dördüncü Pozisyondan Diğer Bacağa Geçiş.....	86
3.2.2. Battement Double Tendu	86
3.2.3. Battement Tendu Büyük Ve Küçük Pozlarda.....	86
3.3. Battement Tendu Jeté	87
3.3.1. Büyük Ve Küçük Pozlarda.....	87

3.3.2. Balançoire (En Face)	87
3.4. Rond De Jambe Par Terre 45 Derecede (En Dehors/ En Dedans)	88
3.5. Battement Fondu	89
3.5.1. Küçük Pozlarda - Bütün Ayakta Ve 45 Derecede	89
3.5.2. Plié- Relevé İle Küçük Pozlarda Ve Demi-Point'te (En Face)	89
3.5.3. Double Fondu Bütün Ayakta Ve Demi Point'te	90
3.5.4. Plié - Relevé Demi Rond İle:	90
3.6. Demi Rond De Jambe 45 Derecede (En Dehors / En Dedans)	91
3.7. Demi Rond De Jambe Ve Grand Rond De Jambe 90 Derece (En Dehors / En Dedans)	92
3.8. Plié Relevé 45 Derecede (Demi Rond De Jambe İle)	94
3.9. Battement Soutenu (Bütün Yönleri)	94
3.10. Battement Frappé Demi Point'te (Tüm Yönleri)	95
3.11. Battement Double Frappé (Demi Point)	96
3.12. Petit Battement Sur Le Cou Pied (Demi Point)	96
3.13. Flic Devant / Derrière (Tam Ayakta Ve Demi Point)	97
3.14. Pas Tombé (Yerinde Ve Diğer Bacak Sur Le Cou De Pied)	99
3.15. Pas Coupé (Bütün Ayakta Ve Demi Point'te)	99
3.16. Rond De Jambe En L'air (Demi Point)	99
3.17. Petit Temps Relevé 45 Derecede (En Dehors / En Dedans)	100
3.18. Battement Développé (90 Derecede)	103
3.18.1 Pozlarda	103
3.18.2. Passé İle Pozdan Poza Geçiş	103
3.19. Grand Battement Jeté (Büyük Pozlarda)	104
3.20. Relevé	105
3.20.1. Dördüncü Pozisyondan	105
3.20.2. Çalışan Bacak Sur Le Cou De Pied Pozisyonunda	105
3.20.3. Çalışan Bacak 45 Derecede	105
3.21. Birinci Ve Üçüncü Poz Port De Bras (Ayak Tendü Pozisyonunda)	106
3.22. Detourné	106
3.23. Fouetté (En Dehors /En Dedans)	107
3.24. Soutenu En Tournant (En Dehors / En Dedans)	108

DÖRDÜNCÜ BÖLÜM

VAGANOVA METODUNDA KLASİK BALE DERSİNDE ÜÇÜNCÜ YIL BAR HAREKETLERİ

4.1. Grand Plié (Port De Bras İle).....	111
4.2. Battement Tendu Pour Batterié	112
4.3. Rond De Jambe 45 Derece (En Dehors - En Dedans)	113
4.4. Battement Soutenu (Demi Point'te Ve 90 Derecede).....	114
4.5. Battement Double Frappé (Demi Point'te).....	115
4.6. Flic-Flac (Bütün Ayakta - Bitiriş Demi Point Ve Yarım Dönüş İle En Tournant)	115
4.7. Grand Rond De Jambe 90 Derecede (En Dehors / En Dedans)	118
4.8. Battement Développé (Bütün Yönleri En Face Ve Pozlarda Relevé İle Demi Point'te, Demi Plié'de Ve Demi Plié'den Geçerek).....	120
4.9. Pas Tombé (Yerinde Ve İlerleyerek Bitiriş Sur Le Cou De Pied):.....	123

BEŞİNCİ BÖLÜM

VAGANOVA SİSTEMİ'NİN İLK YILLARINDA, BALE DERSLERİNDE BARDA YAPILAN EGZERSİZLERİN MÜZİK EŞLİĞİ FORMLARI (MELODİ, ZAMAN, RİTİM, YAPI VB.)

5.1. Plié	125
5.2. Battement Tendu.....	128
5.3. Battement Tendu Jeté	132
5.4. Rond De Jambe Par Terre	135
5.5. Battement Fondu.....	138
5.6. Battement Frappé.....	140
5.7. Petit Battement.....	143
5.8. Rond De Jambe En L'air	146
5.9. Battement Développé	149
5.10. Grand Battement	151
SONUÇ	153
KAYNAKÇA	155

FOTOĞRAFLAR LİSTESİ

Fotoğraf 1.1:	Yanlış Bar Tutuşu	4
Fotoğraf 1.2 :	Doğru Bar Tutuşu	5
Fotoğraf 1.3:	Doğru Vücut Duruşu	6
Fotoğraf 1.4:	Doğru Kol Mesafesi Ve Kol Tutuşu	6
Fotoğraf 1.5:	Yanlış Vücut Duruşu	8
Fotoğraf 1.6:	Yanlış Vücut Duruşu	8
Fotoğraf 1.7:	Doğru Vücut Duruşu	9
Fotoğraf 2.1:	Dördüncü Pozisyonda Demi Plié.....	16
Fotoğraf 2.2:	Demi Plié	17
Fotoğraf 2.3:	Grand Plié.....	17
Fotoğraf 2.4:	Battement Tendu Devant (Öne)	22
Fotoğraf 2.5:	Battement Tendu A La Seconde (Yana)	22
Fotoğraf 2.6:	Battement Tendu Derrière (Arkaya)	23
Fotoğraf 2.7:	Passé Par Terre (Öne).....	29
Fotoğraf 2.8:	Passé Par Terre (Arkaya)	29
Fotoğraf 2.9:	Battement Tendu Jeté Devant (Öne)	31
Fotoğraf 2.10:	Conditional Sur Le Cou De Pied Devant	47
Fotoğraf 2.11:	Sur Le Cou De Pied (Bileği Saran)	47
Fotoğraf 2.12:	Sur Le Cou De Pied Derrière	48
Fotoğraf 2.13:	Battement Retiré.....	53
Fotoğraf 2.14:	Petit Battement (Birinci Aşama)	58
Fotoğraf 2.15:	Petit Battement (İkinci Aşama).....	58
Fotoğraf 2.16:	Petit Battement (Üçüncü Aşama).....	59
Fotoğraf 2.17:	Yanlış Demi Point Pozisyonu (Bilek Aşırı Öne İtilmiş)	74
Fotoğraf 2.18:	Yanlış Demi Point Pozisyonu (Dışa Oraklama Yapılmış)	74
Fotoğraf 2.19:	Doğru Demi Point Pozisyonu (Yandan Görünüm)	75
Fotoğraf 2.20:	Doğru Demi Point Pozisyonu (Önden Görünüm).....	75
Fotoğraf 2.21:	Yana Port De Bras.....	77
Fotoğraf 2.22:	Arkaya Port De Bras	77
Fotoğraf 3.1:	Battement Tendu Effacée Devant Pozu	84
Fotoğraf 3.2:	Battement Tendu Effacée Derrière Pozu	85
Fotoğraf 4.1:	Grand Plié (Port De Bras İle)	111
Fotoğraf 5.1:	Plié Hareketi İçin Müzik Örneği 1. Sayfa	126

Fotoğraf 5.2.:	Plié Hareketi İçin Müzik Örneği 2. Sayfa	127
Fotoğraf 5.3:	Battement Tendus Hareketi İçin Müzik Örneği (İlk Yıl)	129
Fotoğraf 5.4.:	Battement Tendus Hareketi İçin Müzik Örneği 1. Sayfa (İleri Seviye).....	130
Fotoğraf 5.5:	Battement Tendus Hareketi İçin Müzik Örneği 2. Sayfa (İleri Seviye).....	131
Fotoğraf 5.6:	Battement Jeté Hareketi İçin Müzik Örneği (İlk Yıl)	133
Fotoğraf 5.7:	Battement Jeté Hareketi İçin Müzik Örneği (İleri Seviye).....	134
Fotoğraf 5.8:	Rond De Jambe Par Terre Hareketi İçin Müzik Örneği 1. Sayfa (İlk Yıl)	136
Fotoğraf 5.9:	Rond De Jambe Par Terre Hareketi İçin Müzik Örneği 2. Sayfa (İlk Yıl)	137
Fotoğraf 5.10:	Fondu Hareketi İçin Müzik Örneği	139
Fotoğraf 5.11:	Frappé Hareketi İçin Müzik Örneği (1. Sayfa)	141
Fotoğraf 5.12:	Frappé Hareketi İçin Müzik Örneği (2. Sayfa)	142
Fotoğraf 5.13:	Petit Battement Hareketi İçin Müzik Örneği (1. Sayfa)	144
Fotoğraf 5.14:	Petit Battement Hareketi İçin Müzik Örneği (2. Sayfa)	145
Fotoğraf 5.15:	Rond De Jambe En L'air Hareketi İçin Müzik Örneği (İlk Yıl)	147
Fotoğraf 5.16:	Rond De Jambe En L'air Hareketi İçin Müzik Örneği (İleri Seviye).....	148
Fotoğraf 5.17:	Battement Developé Hareketi İçin Müzik Örneği	150
Fotoğraf 5.18:	Grand Batttement Hareketi İçin Müzik Örneği	152

GİRİŞ

Büyük Sovyet usta öğreticisi Agrippina Vaganova'nın klasik baleye yaklaşımı ve sistematik metodu, üç nesilden fazladır dünyanın en iyi bale dansçılarının yetişmesini sağlamıştır. Vaganova Eğitim Sistemi, müfredat özellikleri ile dünyada teknik ve artistik anlamda çok güçlü dansçılar yetiştirmesi ve sistemin, bale disiplini anlamındaki çok yönlü ve sıralı çalışma metodu ile bale camiasına hatırı sayılır sayıda iyi dansçı kazandırması bakımından incelenmeye değerdir.

Tüm dans tarihi boyunca, farklı tekniklerle geliştirilen ve değişen bale teknikleri içerisinde, Vaganova Bale Ekolü, bu süre boyunca sistemler arasındaki en iyilerden biri olma özelliğini korumuştur. Bunda, rus eğitimcilerinin sistemlerini koruma adına gösterdikleri çaba ve kararlılığın da büyük etkisi olduğu söylenebilir.

Klasik balenin temelini oluşturan belki de en önemli unsurlardan biri, bar egzersizleridir. Bar egzersizleri, hangi sistemde ele alınıyor olursa olsun, kuşkusuz son derece dikkatli ve özenli bir planlama ile öğretilmesi gereken, bale dersinin başlangıcı olmasından dolayı tüm derse etki edecek önemde, bir takım teknik ve artistik hareketleri içermektedir.

Çalışmada, Vaganova Bale Sistemi temel alınarak, ilk üç sene boyunca öğretilecek bale müfredatının, doğru bir sırada ve doğru sayılarla öğretilmesi hususuna dikkat çekilirken, aynı zamanda programın zorluk aşamaları ile öğretiliş sıralarını, müzik örnekleriyle ile desteklemeyi hedefleyen bir çalışma olması amaçlanmıştır.

Bar egzersizleri, bir dansçının tüm dans yaşamı boyunca kullanacağı ve geliştireceği teknik unsurların temelini oluşturan, bu temelin oluşmasında ve tüm vücut yapısının şekillenmesinde birincil rol oynayan egzersizler bütünüdür.

Bu çalışmada, Vaganova Bale Sistemi müfredat programı çerçevesinde, ilk üç yılda öğretilen bar hareketlerini ve öğretiliş sırası ile aşamalarını ele alınırken, aynı zamanda uygun müzik formu örnekleriyle çalışmadaki verimin artırılması ve çalışmanın kapsamının genişletilmesi hedeflenmiştir.

Bu çalışmada, tüm bale dersi içerisinde özellikle en temel kısım olan bar egzersizlerini ele almamanın sebebi, bar egzersizlerinin, bale dansçısı adaylarını en doğru şekilde, doğru bir egzersiz sırası ile tüm derse hazırlayacak şekilde ve

maksimumda katkı sağlayacak bir program sunmak, aynı zamanda bu programı, bale eğliği anlamında en doğru ve efektif olacak müzik formlarıyla sentezlemektir.

Çalışmayı hazırlarken, özellikle Vaganova Eğitim Müfredatı olarak bulabildiğim yabancı kaynakların az oluşu, araştırmalarda ise hareketlerin içerik bakımından yzeyssel şekilde anlatılması ve genelde kombinasyon olarak ele alınmasından dolayı, Dr. Öğr. Üyesi. Zehra Tarım zbal'ın, Rusya'da Vaganova Akademisi'nde birinci elden aldığı kendi notlarından faydalanarak, hareketlere ve dolayısıyla tezime, eklemeler yapmaya çalıştım.

Bu çalışmada, klasik balede Vaganova Bale Müfredatı esas alınarak, yabancı kaynaklar ile desteklenmiş görsel ve yazılı (basılı) kaynaklar, çeşitli ders notları ve nota örnekleri kullanılmış, bar hareketleri yıllara göre dağılımlarıyla incelenerek ve fotoğraflarıyla da desteklenerek, çalışmanın, belirli bir düzen içinde ortaya konması sağlanmaya çalışılmıştır.

BİRİNCİ BÖLÜM

VAGANOVA BALE METODU'NDAKİ ANA ÖZELLİKLER VE BAR HAREKETLERİ

1.1. Vaganova Metodunun Ana Özellikleri

Tüm dersin planlanmasının titizlikle yapılması.

Egzersizlerin karmaşıklığının, çok yönlü virtüözüte gerektiren bir teknikle yönetilmesi.

Epaulment ve port de bras hareketlerinin her ince detayının, ustalık gerektiren bir kararlılıkla icra edilmesi.

Ezberci bir yaklaşım yerine, bilinçli bir öğrenme süreci. Hareketin doğru ya da yanlış her türlü icrasında, öğrenciden her hareketin mantığını kavrayıp, nedenleriyle birlikte açıklayabilme becerisinin beklenmesi.

Eğitimin en temel prensiplerinden biri olan; güçlü ve sağlam bir sırt duruşunu sağlanması için, tüm beden üzerine yapılacak çalışmalara maksimum dikkat ve ağırlık verilmesi.

Vaganova'nın prensibine göre; iyi geliştirilmiş bir beden (gövde), tüm beden kontrolünün sağlanmasında en temel etkidir. Vücut dengesinin geliştirilmesi (dikey stabilite), çoklu dönüşler (Pirouettes, Fouetté vb.) ile komplike zıplama hareketlerinin kontrollerinin temelini oluşturması bakımından büyük önem taşır.

Allegro'nun önemi (zıplamanın dinamikleri), güçlü bir havalanma ile havada kalınan süre içerisinde hareketin kalitesinin artan bir ivme ile devam ettirilmesidir.

Kollar ve üst bedenin, hareket boyunca yumuşak ve akıcı bir biçimde kullanılması önemlidir. Detaylara her zaman maksimum dikkat verilmesi gerekmektedir.¹

1.2. Doğru Bar Tutuşu

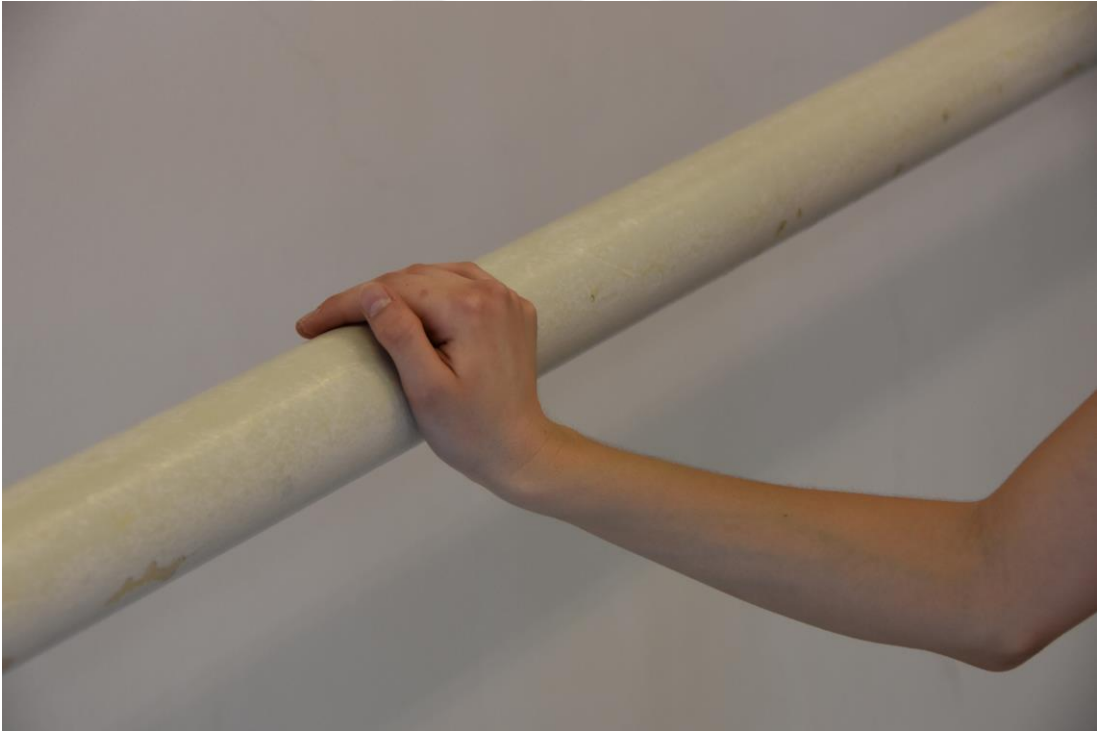
Bar, egzersiz sırasında, dansçı için "turn-out" (dışa dönük) pozisyonunu sürdürmesini sağlayan önemli bir araçtır. Hemen hemen tüm bale hareketleri, jumplar (zıplamalar) ve dönüşler de dahil olmak üzere, öncelikle barda çalışılmaya

¹ John White, **Teaching Classical Ballet**, University Press of Florida, Gainesville, FL. 169-170

başlanır. Bununla beraber ileri seviye bir dansçı için bar, bir ısınma aracıdır. Fakat bir dansçının bar tutuşu, asla onun vücudunun doğru yerleşimini ve üst bedeninin kontrol ve muhafaza etmesini olumsuz yönde etkileyecek şekilde olmamalı, aksine bedenini destekleyecek şekilde olmalıdır.²

Çift el veya tek el bar tutuşunda; elin bara koyulurken nereden ve nasıl yerleştirileceği, denge ve vücut ağırlığı değişimlerinde bedene yardımcı bir rol üstlendiği için önem taşımaktadır.

El, parmakların bitim noktasından, başparmak da barın üst kısmında diğer parmakların yanında olacak şekilde konumlandırılmalıdır. El bileği, hafifçe aşağı doğru bastırılmalı ve bilekte çok fazla hareket olmamalıdır.



Fotoğraf 1.1: Yanlış Bar Tutuşu

² Gretchen Ward WARREN, **Classical Ballet Technique**, University Press of Florida, Gainesville, FL, s.7.



Fotoğraf 1.2 : Doğru Bar Tutuşu

Bu sayede el, bedenin, öne veya arkaya yaptığı hareketler ve yer değiştirmeler sırasında hızlı bir şekilde yeniden konumlanabilecektir.

Ellerin doğru yerleşimi sırasında koltuk altında hava akışı olacak şekilde bir boşluk ve serbestlik olmalıdır. Bu sayede kol tutuşu sırasında sırt ve kürek kemiklerinin doğru konumlanması sağlanır. Hareket kabiliyeti artar ve aşırı gerginliğin önüne geçilmiş olur.

Kolların ve ellerin, barda her zaman rahat bir pozisyonda konumlandırılması gereklidir.



Fotoğraf 1.3: Doğru Vücut Duruşu



Fotoğraf 1.4: Doğru Kol Mesafesi Ve Kol Tutuşu

1.3. Bar Egzersizleri

Her bale dersi, standart şekilde tekrarları olan, bir grup bar egzersizi ile başlar. Bu temel egzersizler, klasik bale tekniğinin yapılanmasında ve dansçıların vücutlarının ısıtılması ile dans etmeye uygun hale gelmelerinde önemli bir rol oynar. Her bar egzersizi, ortada yapılan egzersiz gruplarına olan etkisi ve bağlantısı açısından çok önemli bir yere sahiptir. Bu bağlantının öneminin, öğrenciye anlatılarak farkına varması sağlanmalıdır.

Barın fonksiyonu; dansçının turn-out (bacakların dışa dönük oluşu) pozisyonu öğrenmesi ve sürdürebilmesi açısından ona yardımcı olmaktır. Barın yardımıyla dansçı; esneklik, güç, doğru kas gruplarını çalıştırma ve estetik bir bacak ile vücut çizgisi oluşturma imkanı elde eder. Öğrencinin, hareketler ve kombinasyonlar sırasında turn-out (dışa dönük) duruşunu koruyabilmesi ve sürdürebilmesi sağlanır.

Bar egzersizleri, bedenin doğru duruşu ile tüm hareketlerin vücuda doğru teknikle geçirilebilmesi açısından büyük bir önem taşımaktadır. Vücudun doğal duruşunu bulmak için eller ve dizler yere konularak durulur. Bu sırada dizlerin konumu, tam olarak kalçaların hizasındadır. Eller ise omuz genişliğinde tutulur. Bu sayede bedenin doğal duruşu belirlenir ve öğrenciye vücut şekline göre bir yol çizilebilir.³ Temel olarak egzersizler sırasında bir dansçıdan istenilen, vücuda yandan bakıldığında; mide ve karın içeride, bel kısmında herhangi bir kavis olmadan (öne ve/veya arkaya doğru) tüm bedenin yukarı doğru uzatılması ile oluşturulmaya çalışan bir duruştur. Burada, bedenin yukarı doğru uzatılmasından kasıt, kürek kemiklerinin aşağı doğru bastırılması ve bu sırada aşırı bir yüksek solunumdan kaçınarak, nefesin, diyafram kası kullanılarak kontrol edilmesi anlamına gelmektedir. Bunun anlamı, aslında karşıt bir hareket ve güç uygulanmasıdır. Yani beden, ayaklardan itibaren maksimum yukarı çekilmeye çalışılırken, bununla beraber üst beden yani belden yukarısı aşağıya (kürek kemikleri yardımıyla) doğru nazikçe bastırılır.

³ Lisa A. HOWELL, **The Perfect Point Book**, USA, s.14.



Fotoğraf 1.5: Yanlış Vücut Duruşu



Fotoğraf 1.6: Yanlış Vücut Duruşu



Fotoğraf 1.7: Doğru Vücut Duruşu

Baş kullanımı; ilk senede bar egzersizleri sırasında bazı istisnalar dışında, her harekette karşıda olacak şekilde verilir. Sonrasında hareketler oturmaya ve doğru uygulanmaya başlandığında, yavaş yavaş baş kullanımlarına geçilmelidir. Bu zamanlama, yine öğrencilerin ilerleme hızına göre değişiklik göstermektedir.

Baş, kullanımı sırasında yumuşak ve rahat hareket ettirilmeli, aşırı sert hareketlerinden kaçınılmalıdır. Baş değişimleri nazikçe yapılmalı, baş yana çevrildiğinde omuz hizasından ileriye doğru olacak şekilde konumlandırılmalıdır.

Standart egzersizler, her gün aynı rutin sırayla, her bale dersinde tekrar edilir. Fiziksel değişkenler ve güç dengesine göre yeniden düzenlenip, değiştirilebilir. Bar egzersizleri sırasında müzikte değişik ritimler ile kombinasyon çeşitlendirmeleri kullanılabilir. Tüm egzersizler önce bir bacakla sonra diğer bacakla olmak üzere tekrar edilir iki taraflı olarak, sağa ve sola).

Başlangıç sınıfında yani ilk aşamada, öğrenciler egzersizleri yüzleri bara dönük olarak, basit kurulumlu kombinasyonlar ile minimum üst beden kullanımı sağlayarak

çalıştırılırlar. Öğrencinin tek el bar üzerinde çalışmaya uygun hale geldiği durumda egzersizler tek ele geçirilerek çeşitlendirilmeye başlanır. Bu, genellikle birinci yılın ilk dönem sonuna doğru ya da ikinci dönem içerisinde olmakla birlikte öğrencilerin ilerleme hızlarına ve bazı dinamiklere göre değişiklik gösterebilmektedir.

Bar hareketlerinin tempoları, ileride orta egzersizlerinde yapılacak kombinasyonlar ile benzer şekilde olan bağlantılarla verilebilir.

1.4. Bar Egzersizinin Bölümleri Ve Sıraları

Egzersiz sırası, Fransız, Rus ve İtalyan Okulları'nın arasındaki çalışma metotlarının farklılıklarına bağlı olarak değişiklik gösterebilmektedir. Bununla birlikte, hemen hepsi *plié* egzersizi ile başlayıp, ayak ve ayak bileğinin kullanıldığı egzersizlerle devam etmektedir. Sıralamanın değişmeye başladığı yer, *degagé* egzersizinden sonrasındır. Hareket sıralamasında tam olarak doğru ve yanlış sıralamadan bahsedemeyiz. Bar egzersizlerinin kurulumu, daha çok kişiye özel egzersizler veya kombinasyonlar ile, bu hareketlerin nasıl bir araya getirildiği ve oluşturulduğunun belirlenmesi ile alakalıdır.

Bar egzersizi sıralaması yaparken ilke ve kuralları izlemek ve faydalanmak yol gösterici olacaktır. Alternatif olarak 90 derecede yapılan ve alt bacak ile ayak bileğinin kuvvetlenmesine fayda sağlayacak büyük kas grubu egzersizleri veya küçük kas grubu egzersizleri arasında seçim yapılabilir. Örneğin; *développé* ve *rond de jambe en l'air* kombinasyonu arasında *battement frappé* hareketi ya da *adage* ile *grand battement* egzersizi arasında *petit battement* veya barda esnetme (*strech*) kombinasyonu verilebilir.

Tabii ki bazı egzersizler diğerlerine göre daha yorucu ve ağır olabilir. Öğrencilerin dayanma gücü ve teknik kapasitesi ile yeterlilikleri, dersin kurulumunda yardımcı bir ölçüttür. Bir egzersizin ağır ve yorucu olması, hareketlerin teknik zorluğu, tek bacak üzerinde ne kadar kalındığı, kombinasyonun uzunluğu ve devamlılığı ile dinlenme noktaları yani *cambré* ya da *port de bras*'ların kullanım yerleri ve son olarak da kombinasyonun temposu ile belirlenmektedir. Ayrıca, arka arkaya verilen egzersizler ile de, geniş kas gruplarını geliştirmek amaçlanabilir. Bar egzersizleri kesinlikle dayanıklılık üzerine kurulmalı, ama bu, öğrencilerin kapasitesinin üzerinde bir zorlukta ve onları orta egzersizlerine geçmeden aşırı yoracak ve güçlerini tüketecek

şekilde olmamalıdır. Streching (esnetme) kombinasyonları bar hareketlerinin en sonunda ve ya da son kısmında verilebilir. Bunlar, çeşitli port de bras/cambré hareketleri olarak da kombinasyonlara ilave edilebilir.⁴

1.5. Günlük Egzersizin Bölümleri Ve Önemi

Çok yönlü günlük egzersizler, kasları kuvvetlendirme ve turn-out (dışa dönüklük) duruşunu sağlama, esnetme ve plié hareketleriyle, vücut, kollar ve başın koordine olarak çalıştığı hareketler bütünüdür. Bu günlük çalışmanın sonucu olarak vücut, dayanıklılık, sağlamlık ve karakter kazanır. Bu, dansçının gelecekte tüm vücut ağırlık dağılımının, iki veya tek bacak üzerinde olması durumunda, vücudunu nasıl konumlandırması ile ilgili bir alışkanlık kazanmasını sağlar.

Hareket sırası asla gelişigüzel verilmemelidir. Zorluk derecesine bağlı olarak, öğretmenin kararına göre efektif ve mantıklı kombinasyonlar kullanılmalı, içerik bakımından eksik veya gelişigüzel yapılmış kombinasyonlar tercih edilmemelidir.

İlk yıl bar egzersizleri, bütün ayakta (tüm tabanda) verilir.

İkinci yıl, bazı egzersizleri demi-point'e yükselme eklenerek yapılabilir. Örneğin, egzersizin yarısı bütün ayakta ise diğer yarısı demi-point'e yükselerek yaptırılabilir. Daha sonra tüm egzersiz demi-point'te (yarım yükselme) yaptırılabilir.

Üçüncü yıl ve onu izleyen diğer yıllarda ise, bar ve orta egzersizlerinin tümü (plié'ler ve rond de jambe par terre hareketleri dışında tutularak) demi-point'te yaptırılır. Aynı zamanda, küçük ve büyük adagio hareketleri de, demi point'te yükselme ile yaptırılır.⁵

⁴ Rory FOSTER, **Ballet Pedagogy** - The Art Of Teaching, University Press of Florida, Gainesville, FL, s. 37-38

⁵ Vera KOSROVITSKAYA, Alexei PISAREV, **School of Classical Dance**, Dance Books UK, s.39-40

İKİNCİ BÖLÜM

VAGANOVA METODUNDA KLASİK BALE DERSİNDE BİRİNCİ YIL BAR HAREKETLERİ

2.1. Demi Plié

Plié, bükme anlamındadır. Demi plié, bacaklara esneklik ve turn-out (dışa dönüklük) kazandırır. Her dans adımının içinde bulunmasından dolayı ayrı bir dikkatle uygulanması gerekir.

Demi plié, her bale dansçısı için temel bir hazırlık niteliğindedir. Bale egzersizlerinin, en önemli ve en temel hareketi plié'dir. Egzersiz sırasında, vücudun ısınmasının başlangıcı niteliğindedir. Teknik ve fiziki dayanıklılığının vücuda yerleştirilmesine yardımcı olur. Bilek tendonlarının uzaması ve kuvvetlenmesini sağlar.

Plié yapılırken ayakların tüm tabanının kullanılarak yere basılması, ayrıca ayak parmaklarının kıvrılmadan sağlam olarak yeri kavraması son derece önemlidir.

Hareket, karakteri gereği durmayan, akıcı ve bağlı bir özellik taşımaktadır. İki bacağın aynı anda bükülmesi ve aynı zamanda üst ve iç bacak kaslarının da devreye sokulması ile harekete başlanır. Bu sırada, kalça kemikleri eşit mesafede ve sabit durur. Hareket sırasında, eşit aralıklarla ve devamlı bir şekilde iniş-çıkış yapılmalıdır.

Yabancı bir gözle bakıldığında, sadece aşağı-yukarı devinimler gibi gözüke de, aslında karşıt hareketler bütünü olarak açıklanabilecek bir yapıdadır. Yani eğer dansçı, plié sırasında dizleri bükme hareketini yaparken tüm vücut ağırlığını bacaklarına bırakırsa, devamında dizlerin tekrar eski haline dönmesi sırasında bacak kaslarına aşırı bir yük binecektir. Bunun sebebi, bacak kaslarının tüm vücudu tekrar yukarı itmek için aşırı bir çaba harcamasıdır. Bu sebeple dansçı, plié hareketi sırasında, bacaklarını bükerken, aynı anda üst gövdesini yukarı çekmeye çalışmalıdır ve doğru nefes kontrolü de sağlandığı takdirde bu hareket, dansçı için daha yararlı ve kolay bir egzersiz olacaktır.

Başlangıçta, demi plié dikkatlice öğretilmelidir. Hareketin bitişinde topukların yerden kaldırılmaması gerekir.

Demi-plié'de daima, grand plié'de olduğu gibi, dizlerin tam olarak yana itilmesi ve tüm bacağın turn-out pozisyonunda tutulması gerekmektedir. Bacakların üst kısmına, yani, kalçadan dize kadar olan bölüme de ayrı bir dikkat verilmesi gerekir. Diz bükülürken daima parmaklara doğru bir yöne gider ve diz, ayakların tam üstünde konumlanır.¹

Demi plié'de topuklar, yere tam basmalı ve yeri itmeli. Bu, ayak bileği ekleminin kuvvetlenmesi açısından önemlidir. Vücut düz, omuzlar ve kalça aynı hizada olacak şekilde yukarı çekilmelidir. Vücut ağırlığı iki bacağın tam ortasında olmalıdır. Bu kural, ikinci ve dördüncü pozisyonlar için de geçerlidir.²

Öğretmenin bu hususta dikkatli olması, topukların yerde kalması, ayak bileği tendonları ve ligamanlarının uzaması ve şekillenmesi açısından önemlidir. Eğer bir dansçı yetersiz bir plié'ye sahipse, performansı sıkıcı, kalitesiz ve şekillendirilebilirlikten yoksun olacaktır.

Eğitimin ilk yarısında, iki el bar üzerinde, ayaklar birinci pozisyonunda başlanmalıdır. Daha sonra; ikinci ve üçüncü pozisyonlarda, bu pozisyonlar da iyice öğrenildikten sonra beşinci pozisyon ve en son olarak da dördüncü pozisyonunda öğretilir.

UYGULATILMASI:

Başlangıç pozisyonu: İki el bar üzerinde ve baş karşıda olmalıdır.

Ayak pozisyonu değişimleri ilk aşamada dört sayıda, ikinci aşamada iki sayıda yapılır.

BİRİNCİ AŞAMA

Müzik formu: 4/4

¹ Agrippina VAGANOVA, **Basic Principles of Classical Ballet**, Dover Publications, INC, NY, s.17-18

² Nadezhda BAZAROVA, Varvara MEY, **Alphabet of Classical Dance**, Dance Books UK, s.15

Birinci ölçü:

Birinci pozisyon / çift el bar üzerinde;

(1-2-3-4) Dizler bükülmeye başlar ve plié'ye başlanır. Bacaklar, ayak bileği ekleminin ulaşabileceği maksimum esnekliğe ulaşana kadar (topuk kaldırılmaksızın), özellikle üst kısmın turn-out pozisyonu arttırılarak dizlerin, ayak parmaklarına doğru yavaşça bükülmesi ile harekete başlar. Bu sırada vücut yukarıda ve topuklar mutlaka yerdedir.

(1-2-3-4) Bacaklar, başlangıç pozisyonuna ulaşana kadar, kaslar gerili ve turn-out pozisyon korunarak yavaşça geriye doğru gelir. Bu sırada beden daha fazla yukarı çekilir.

İkinci ölçü:

(1-2-3-4) Dizler tekrar düzeltilmeye başlanır ve hareket tamamlanır

Üçüncü ölçü:

(1-2-3-4) Ayak yavaş bir şekilde yana battement tendu yapar ve yeni pozisyona açılır (3.sayıda topuk bas ve 4.sayıda bekle şeklinde olmalıdır.)

Dördüncü ölçü:

(1-2-3-4) Pozisyonda tutulur ve istenilen pozisyondan tekrar birinci sayıyla plié'ye devam edilir.

İKİNCİ AŞAMA

Birinci ölçü:

(1-2) Dizler bükülmeye başlar ve plié'ye başlanır. Bacaklar, ayak bileği ekleminin ulaşabileceği maksimum esnekliğe ulaşana kadar (topuk kaldırılmaksızın), özellikle üst kısmın turn-out pozisyonu arttırılarak dizlerin, ayak parmaklarına doğru yavaşça bükülmesi ile harekete başlar. Bu sırada vücut yukarıda ve topuklar mutlaka yerdedir.

(3-4) Bacaklar, başlangıç pozisyonuna ulaşana kadar, kaslar gerili ve turn-out pozisyon korunarak yavaşça geriye doğru gelir. Bu sırada beden daha fazla yukarı çekilir.

İkinci ölçü:

Hareket tekrar edilir ve sonrasında pozisyon değişimi bu sefer bir ölçü içerisinde iki sayıda yaptırılır.

Daha sonra ayak değişimleri bir ölçünün yarısında yapılır.

(1-2) Ayak tendu'ye açılır

(3-4) Ayak pozisyona basılır

Tek el bar üzerinde demi-plié ve kol hazırlığı:

Tek el bar üzerinde iken, diğer kol, dört sayıda ikinci pozisyona açılır ve hareket boyunca tutulur. Hareketin bitişi ile kol da hazırlık pozisyona geri döner.

(1-2) Kol birinci pozisyona gelir

(3-4) Kol ikinci pozisyona açılır

Hareket, tüm pozisyonlarda yapılır. İlk yarıyı, dördüncü pozisyonda plié yapılmaz ve sadece pozisyonda beklenir. İkinci dönem, dördüncü pozisyonda plié'ye başlanabilir.



Fotoğraf 2.1: Dördüncü Pozisyonda Demi Plié

2.2. Grand Plié

Grand plié hareketi de, aynı demi plié hareketi gibi, bacak kaslarının kuvvetlenmesi ve esnekliğinin kazanılmasını sağlar.

Grand plié ilk olarak, yüz bara dönük ve birinci pozisyonda çalışmaya başlanmalıdır.

İlk ölçüde; bacaklar, aynı demi plié’de uygulanan kurallarla harekete başlar, bacaklar bükülürken topuklar, olabildiğince uzun süre yerde tutulmaya çalışılır ve en son noktada topuklar yerden ayrılır. Grand plié’de inilebilen en derin noktaya varıldığında, iki bacak da maksimum turn-out (dışa dönük), bedenin ise düz ve yukarı çekilmiş haldeki pozisyonu korunmalıdır.

İkinci ölçüde; Yine turn-out pozisyon korunarak ve gecikmeden önce topuklar basılır ve sonra bacaklar yavaşça düz olur. Bacak kaslarındaki gerilme kaybedilmeden, beden yukarı doğru çekilir. Topuklar mümkün olduğunca çabuk yere basar ve grand plié, tekrar demi plié pozisyonundan geçerek sonlandırılır. Başlangıç pozisyonuna dönerek hareket tamamlanır.³

³ BAZAROVA, MEY, **a.g.e.**, s.29.



Fotoğraf 2.2: Demi Plié



Fotoğraf 2.3: Grand Plié

Grand pli , birinci, ikinci,       , beşinci ve son olarak da en zor pozisyon olan d rd     pozisyonda yapılır.

Grand pli , ikinci ve d rd     pozisyonlarda yapılırken, vücut ağırlığı iki bacağa eşit olarak dağılmalıdır. İkinci pozisyonda yapıldığında, topuklar yerden kaldırılmaz; diğer tüm pozisyonlarda kaldırılır ve olabildiğince erken yere basılmaya çalışılır. Pozisyon değişimleri, iki sayıda ve battement tendu ile yapılır.

 nemli nokta; topuğun yerden olabildiğince geç ayrılması ve en erken zamanda tekrar basılmasıdır. Bu sırada ayaklar yere tam olarak basar ve ağırlığın başparmakta olmasından kaçınılır.

Grand pli  hareketinin barda başarıyla yapılmasının ardından tek el bar üzerinde çalışılmasına başlanır. Yine, öncelikle birinci pozisyonda, sol el hafifçe bar üzerine konulur, sağ el ise hazırlık pozisyonunda tutulur. Ba  sağ tarafa çevrilidir.

UYGULANMASI:

Kol Hazırlığı;

(1) Sağ kol birinci pozisyona alınır

(2) İkinci pozisyona açılır

Müzik formu: 4/4

Birinci  l  ;

(1-2-3-4) Grand pli 'ye inmeye başlarken ba , sağ kol hazırlık pozisyonuna inerken onu takip eder ve bacaklar en derin noktaya indiğinde kol da hazırlık pozisyonuna gelir.

İkinci  l  ;

(1-2-3-4) Bacaklar demi pli  pozisyonuna dönerken, kol, birinci pozisyona gelir ve bağ da eli izler. Grand pli  tamamlandığında ,kol ikinci pozisyonda, ba , sağda ve ele bakmaktadır.

2.3. Battement Tendu (Yana-Öne-Arkaya)

Battement Tendu hareketi, pek çok egzersiz grubuyla beraber kullanılabilecek yine çok temel bir bale hareketidir. Tendu, bacağın gerili olduğu bir harekettir. Tüm bacak, diz, ayağın üst kısmı ve parmakların da içinde olduğu bir hareket bütünüdür.

Battement tendu'ye birinci pozisyonda, iki el bar üzerinde ve yana başlanır. Bu sırada, ağırlık iki bacak ve ayak üzerinde eşit olarak dağılmalı, tendu hareketi başladığı anda, ağırlık destek bacağına transfer edilmelidir. Böylece çalışan bacağın daha rahat hareket etmesi sağlanırken, denge merkezi de korunmuş olacaktır.

Battement tendu yana doğru başlarken ayak, yeri sürtme hareketini parmaklar yardımıyla yapar.

Battement tendu hareketinde dikkat edilmesi gereken bir nokta da, çalışan bacağın, birinci pozisyondaki ayağın topuğunun tam karşısına açılması (her yöne) ve bu sırada kalça, diz ve ayak bileğinin turn-out pozisyonunda olmasıdır. Ayak pozisyonlara açılıp kapatılırken, diz asla kırılmamalı ve destek bacak gergin tutulmalıdır. Vücut yukarıya çekili, özellikle öne ve arkaya tendu yapılırken omuzlar ve kalça kemikleri aynı hizada olmalıdır.

Battement tendu, bacak ve ayak kaslarının birlikte ve turn-out pozisyonda çalıştığı, tüm büyük ve küçük kas gruplarının aynı anda oynatıldığı (aktif olduğu) bir harekettir. Bu hareket daha sonra battement jete hareketi ile kombine edilir. Bu hareketler ayak ve bacaklardaki kas gruplarının güçlenmesini sağlayan temel hareketlerdir. Battement tendu jeté bu hareketin hemen ardından yaptırılır ve battement tendu hareketi ile doğal bir bağlantısı vardır.⁴

UYGULANMASI:

BİRİNCİ AŞAMA

Müzik formu:4/4

(1-2) Ayak parmakları serbest, ayak tabanı tamamen yeri kavramış olmalı ve hareket bu pozisyondan başlatılmalıdır. Vücut maksimum yukarı çekilirken bacak yana açılmaya başlar ve topuk yerden ayrılır ve yana kaydırılmaya devam edilir. Ayağın üst kısmı ve parmaklar uzatılmış ve maksimum gerilmiş pozisyonudadır.

⁴ KOSTROVITSKAYA, PISAREV, a.g.e., s.41.

Parmak ucu yerdedir ve topuk olabildiğince yükseğe itilirken, ayağın üstü de en gerili pozisyonudadır (Roll-Over).

(3-4) Ayak bu pozisyonda tutulur

(1-2) Çalışan bacak; ağırlık parmak ucundan ayağın tümüne transfer edilir ve yerden kaydırılarak birinci pozisyona geri döner

(3-4) Pozisyonda beklenir

Battement tendu öne; kurallar yukarıdaki gibidir.

(1-2) Çalışan bacak ve topuktan turn-out çevrilmiş, tüm ayak yer boyunca öne kaydırılırken; topuk, yerden ayrılır ve ayak kaydırılmaya devam eder, ayağın üstü ve parmaklar gerili ve uzatılmış yani maksimum gergin pozisyonuna ulaşmıştır. Parmak uçları yere değerken sadece birinci ve ikinci parmağın yere değmesi önemlidir.

(3-4) Pozisyon tutulur

(1-2) Çalışan bacak, aynı şekilde geriye döner

(3-4) Pozisyon tutulur

İKİNCİ AŞAMA

(1) Tendu yana açılır

(2) Tutulur

(3) Ayak tekrar birinci pozisyona kapatılır

(4) Tutulur

ÜÇÜNCÜ AŞAMA

(1) Tendu yana açılır

(2) Ayak tekrar birinci pozisyona kapatılır

DÖRDÜNCÜ AŞAMA

Hareket eksik ölçü ile başlar.

(... - ve) Tendü açılır

(1) Ayak tekrar birinci pozisyona kapatılır (orta hızda bir tempo tercih edilmelidir).

Battement tendu arkaya; uygulanışı ve sayıları, yana ve öne tendü ile aynıdır. Sadece ayak arkaya açıldığı sırada, omuzların ve kalçaların aynı hizada olmasına önem verilmelidir.

İki el barda tamamlandıktan sonra tek el bar üzerinde yapılmaya başlanabilir. Başlangıçta sol kol bar üzerinde, sağ kol hazırlık pozisyonunda ve baş sağdadır.

Tek el bar üzerinde kol için çalışma:

İki giriş sayısından sonra;

(1) Sağ kol birinci pozisyonda, gözler sağ avuç içindedir.

(2) Sağ kol ikinci pozisyona açılır ve battement tendu'nün başlamasıyla baş da, düz (en face) pozisyonuna döner.

Son iki sayıyla birlikte, sağ kol hazırlık pozisyonuna dönerken, baş tekrar sağa alınır.

Başlangıçta, battement tendu tüm yönlere öğretilmeli, daha sonra her yöne sekiz defa olacak şekilde bağlanıp, kombine edilmelidir.

.



Fotoğraf 2.4: Battement Tendu Devant (Öne)



Fotoğraf 2.5: Battement Tendu A La Seconde (Yana)



Fotoğraf 2.6: Battement Tendu Derrière (Arkaya)

2.4. Demi Plié İle Birinci Ve Beşinci Pozisyona Kapatarak Battement Tendu (Yana-Öne-Arkaya)

Battement tendu hareketinin hemen ardından öğretilmelidir. Tendu'den sonra yapılan demi-plié hareketi yumuşak bir karakterde olmalıdır. Demi-plié ile bağlanırken, akıcılık önemlidir. Hareket geçişinde bekleme yapılmaz. Öğretilirken önce yana, sonra öne ve arkaya yaptırılır.

UYGULANMASI:

Başlangıç Pozisyonu: Tek el bar üzerinde, baş yandadır.

Müzik formu: 4/4

İlk aşamada temposu tendu ile aynıdır. En croix (öne-yana-arkaya) yaptırılır. Daha sonra tempo değiştirilebilir.

(1) Tendu yana açılır

(2) Tendu birinci pozisyona kapanır

(3) Demi-plié'ye inilir

(4) Başlangıç pozisyonuna dönülür

2.5. Battement Tendu Beşinci Pozisyondan (Öne-Yana-Arkaya)

Battement tendu, birinci pozisyonda iyice oturduktan sonra beşinci pozisyonda yapılmaya başlanabilir.

Önce iki el bar üzerinde daha sonra tek el bar üzerinde olacak şekilde yaptırılır. Beşinci pozisyonda tendu, önce yan, sonra öne ve arkaya yaptırılır. Kombinasyon içerisinde hareket yana yapılırken, aynı yöne yapılan tendu, öne kapatılır. Arkaya tendu yapılacağı zaman öncesinde arkaya kapatılır.

Örneğin; sağ bacak ile öne ve yana her iki tarafa da yapılır. Daha sonra, yana ve arkaya yapılmaya başlanabilir. Böylece aynı bacağın çok fazla yorulmaması sağlanır.

Tercihen, en croix (öne-yana-arkaya) tendu yapıldıktan sonra devamında çeşitli kol pozisyonlarının kullanıldığı bir port de bras da eklenebilir.

UYGULANMASI:

Battement tendu yana;

Başlangıç pozisyonu;

Beşinci pozisyon sağ bacak önde başlanır. Sol el bar üzerinde, vücut yukarı çekilmiş, baş sağda, sağ kol ise hazırlık pozisyonundadır. İki hazırlık akorundan sonra kol, ikinci pozisyona açılır.

Birinci ölçü:

(1) Baş en face pozisyonuna alınırken, sağ ayak beşinci pozisyondan ikinci pozisyona yer boyunca kaydırılmaya başlanır. Sonunda topuk yerden ayrılır ve bu kaydırma ayaküstünün ve parmakların tamamen gergin pozisyona ulaşması ile son bulur

(2) Ayak bu pozisyonda tutulur

İkinci ölçü:

(1) ikinci ölçüsünde; çalışan bacak; ağırlık parmak ucundan ayağın tümüne transfer edilir ve yerden kaydırılarak beşinci pozisyona geri döner

(2) Pozisyon tutulur

Aynı egzersiz, öne ve arkaya da tekrarlanır

2.6. Battement Double Tendu (Birinci Ve Beşinci Pozisyonlardan)

Battement tendu hareketi ile birleştirilen double tendu'de ayak yana açılır ve tendu'nün açıldığı noktaya topuk basılır. İkinci pozisyonda ağırlık yine destek bacakta olmalıdır. Hareket önce birinci ve sonra beşinci pozisyonlardan yaptırılır.

BİRİNCİ AŞAMA

Müzik formu: 4/4

Birinci ölçü:

(1) Tendu yana açılır

(2) Beklenir

(3) Topuk ikinci pozisyona basılır

(4) Beklenir

İkinci ölçü:

(1) Ayak tekrar tendu'ye gelir

(2) Beklenir

(3) Ayak, birinci veya beşinci pozisyona kapatılır

(4) Beklenir

İKİNCİ AŞAMA

- (1) Tendu yana açılır
- (2) Topuk ikinci pozisyona basılır
- (3) Ayak tekrar tendu'ye gelir
- (4) Ayak birinci veya beşinci pozisyona kapatılır

ÜÇÜNCÜ AŞAMA

- (... - ve) Tendu yana açılır
- (1) Topuk ikinci pozisyona basılır
- (... – ve) Ayak tekrar tendu'ye gelir
- (2) Ayak birinci veya beşinci pozisyona kapatılır

2.7. Battement Tendu Demi Plié İle İkinci Pozisyonda (Birinci Ve Beşinci Pozisyona Kapatarak)

Hareket, önce birinci sonra beşinci pozisyondan yapılır. Yana battement tendu hareketi yapılırken vücut ağırlığı destek bacak üzerindedir. Tendu, ikinci pozisyon plié ile yapıldığında, ağırlık merkezi ortaya alınır. İki bacak eşit derecede plié yapmalıdır. Plié'den tekrar tendu'ye dönerken, ağırlık merkezi yine destek bacağa geçer. Bu sırada destek bacak maksimum yukarı çekilirken dizler düzeltilir ve birinci ya da beşinci pozisyona kapatılır.

UYGULANMASI:

Müzik formu:4/4

Birinci ölçü:

- (1) Tendu yana açılır

(2) Beklenir

(3) Topuk, demi-plié ile ikinci pozisyona basılır

(4) Beklenir

İkinci ölçü:

(1) Ayak tekrar tendu'ye gelir

(2) Beklenir

(3) Ayak, birinci veya beşinci pozisyona kapatılır

(4) Beklenir

İkinci ve üçüncü aşama battement double tendu ile aynıdır.(bkz.sy.20)

2.8. Passe Par Terre (Birinci Pozisyondan Geçerek Öne Ve Arkaya)

Passé par terre, çalışan bacağın yerde kaydırılışı ile gerçekleşen bir harekettir. Birçok egzersiz için yardımcı bir hareket olup, rond de jambe par terre hareketinde de bağlayıcı bir unsur olarak kullanılır. Fakat hareket öncelikle ayrı olarak çalıştırılır.

Tüm hareket boyunca çalışan bacak özellikle turn-out ve yukarıda olmalıdır. Birinci pozisyondan geçişlerde, çalışan bacağın yere tam olarak basması gerekir. Ağırlığın başparmağa verilmesinden kaçınılmalıdır. Yine omuz ve kalçalar aynı hizada tutulmalıdır.

Passe Par Terre, Battement tendu hareketinin tüm prensipleri kullanılarak, öne ve arkaya birinci pozisyondan geçerek yapıldığı halidir. Özellikle baş kullanımına dikkat edilir. Öne tendu yaparken baş yanda ve hafif arkaya yatık olmalıdır. Birinci pozisyondan geçişi sırasında yine yanda, arkaya geçişi sırasında ise kulaktan öne doğru hafifçe eğik olmalıdır.

Hareketin kombinasyon ile bağlanmasına, ikinci yıl başlanır. Önce sadece hareket öğretilmelidir.

UYGULANMASI:

BİRİNCİ AŞAMA

Müzik formu: 4/4 veya 2/4

İki hazırlık müziğinden sonra, bacak, battement tendu ile aynı kurallar uygulanarak arkaya açılır. Bu sırada topuk, destek bacağın tam karşında olmalıdır. Harekete hemen tek elle başlanabilir.

- (1) Tendu öne açılır
- (2) Birinci pozisyondan geçiş başlar
- (... - ve) Birinci pozisyondan geçilir
- (3) Arkaya tendu açılır
- (4) Beklenir

İKİNCİ AŞAMA

- (1) Tendu öne açılır
- (... – ve) Birinci pozisyondan geçilir
- (2) Arkaya tendu yapılır ve beklenir

ÜÇÜNCÜ AŞAMA

- (1) Tendu öne açılır
- (... - ve) Arkaya tendu açılır
- (2) Yeniden öne tendu açılır
- (... - ve) Arkaya tendu'ye açılır



Fotoğraf 2.7: Passey Par Terre (Öne)



Fotoğraf 2.8: Passey Par Terre (Arkaya)

2.9. Battement Tendu Jeté Birinci Ve Beşinci Pozisyonlarda (Yana-Öne-Arkaya)

Harekete önce iki el bar üzerinde başlanır. Battement tendu hareketinde geçerli olan kurallar ve sayılar, battement jeté hareketinde de geçerlidir.

Yine harekete, battement tendu ile aynı şekilde yana başlanmalıdır. Jeté hareketinde ayak, yeri kuvvetli bir sürtme hareketi yapacak şekilde itmeli ve bu sırada turn-out korunmaya çalışılmalıdır. Ayak yeri sürttükten sonra 35 derecelik bir açı ile havada sabit tutulurken, bacaklar ve ayaklar maksimum gergin pozisyonda ve turn-out olmalıdır. Birinci pozisyonda yana jete çalışılırken, çalışan ve destek bacak aynı çizgide gidip gelmeli, öne veya arkaya kaymamalıdır.

Hareketin başlangıcında; dizler maksimum gergin ayaklar birinci pozisyonda tutulur. Hareket başlarken vücudun ağırlık merkezi iki bacedan destek bacağa geçer. Ağırlık destek baceda iken, çalışan bacak yeri sürterek jeté'ye açılır. Bu esnada, destek bacağın dizi gergin ve turn-out pozisyonu bozulmadan korunmaya çalışılır. Jeté açıldığında ayak yerden maksimum 35 derecelik bir açıya sahip olmalıdır.

Yine öne ve arkaya yapılırken, tendu ile aynı kurallar uygulanır. Açılırken önce topuk, kapanırken ise önce parmak ucu pozisyona kapanmaya çalışılmalıdır.

Battement tendu jeté hareketi, çalışan bacağın kuvvetlenmesini sağlayan ve kalça ekleminin hareketliliğine katkısı olan bir egzersizdir.

Öncelikle birinci pozisyonla başlanır. Önce çift el sonra tek ele geçilir.

UYGULANMASI:

Müzik formu: 4/4- 2/4

Kol hazırlığı;

Battement tendu jete yana; beşinci pozisyon sağ bacak önde başlanır. Sol el bar üzerinde, vücut yukarı çekilmiş, baş sağda, sağ kol ise hazırlık pozisyonundadır. İki hazırlık sayısından sonra kol, ikinci pozisyona açılır.

BİRİNCİ AŞAMA

- (1) Çalışan bacak yeri sürterek yana açılır
- (2) Bacak en l'air pozisyonunda tutulur
- (3) Ayak tendu pozisyonuna geri konur
- (4) Birinci ya da beşinci pozisyona kapatılır

İKİNCİ AŞAMA

- (1) Çalışan bacak (aynı anda baş öne dönmelidir), yeri sürterek yana açılır. Bacağın yüksekliği 35 derecedir. Kol ikinci pozisyonudadır.
- (2) Çalışan bacak yine bir sürtme hareketiyle öne beşinci pozisyona kapatılır. Ayak yere değene ve pozisyona kapanana kadar gerginliği kesinlikle bozulmamalı ve turn-out bir şekilde pozisyona kapatılmalıdır.

Hareket aynı şekilde, öne ve arkaya tekrarlanır.



Fotoğraf 2.9: Battement Tendu Jeté Devant (Öne)

2.10. Battement Jeté Puanté

UYGULANMASI:

Müzik formu: 2/4 veya 4/4

BİRİNCİ AŞAMA

- (1) Battement jeté açılır
- (2) Tendu'ye indirilir
- (3) Tekrar havaya kaldırılır
- (4) Birinci pozisyona kapatılır ve tutulur

İKİNCİ AŞAMA

- (... - ve) Jeté açılır
- (1) Tendu'ye indirilir
- (... - ve) En l'air'e kaldırılır
- (2) Pozisyona kapatılır
- (... - ve) Jeté açılır
- (3) Tendu'ye indirilir
- (... – ve) En l'air'e kaldırılır
- (4) Pozisyona kapatılır

2.11. Battement Jeté Piqué

Battement tendu jete piqué hareketi, keskin bir vuruş anlamı taşır. Bu egzersiz bacağın, gerili olduğu pozisyonda, bağımsız ve serbest hareket etmesidir. Hareket boyunca beden ve destek bacak, bağımsız olarak kuvvetli ve gergin olmalıdır.

Önce yana, sonra öne ve arkaya öğretilir. Başlangıçta iki el bar üzerindedir. Daha sonra tek el bar üzerinde yapılır. İlk olarak birinci pozisyonda başlanır. Hareket iyice öğrenildikten sonra beşinci pozisyona geçilmelidir.

Battement jete piqué ile puanté hareketleri, aksan farklılıkları bakımından birbirinden ayrılır. Battement jete piqué'de daha keskin bir hareket söz konusu iken, puanté'de yine sıkı fakat daha az keskin bir dokunma hareketinden söz edilir. İki hareket arasında aksan açısından da farklılık bulunmaktadır.

Battement tendu jete piqué tüm yönlere, piqué sayısı arttırılarak tekrar edilebilir. Ve sonrasında battement tendu hareketi ile birleştirilebilir

UYGULANMASI:

Müzik formu: 2/4 veya 4/4

BİRİNCİ AŞAMA

Sağ ayak önde beşinci pozisyon

(1) Ayak jeté'ye açılır

(...-ve de) Vuruş yapılır ve ayak tekrar 35 dereceye alınır

(2) Pozisyonda tutulur

(3) Ayak beşinci pozisyona kapatılır

(4) Pozisyonda beklenir

İKİNCİ AŞAMA

(...-ve de) Ayak jeté'ye açılır

(1) Vuruş yapılır

(...-ve de) Ayak tendu'ye koyulur

(2) Ayak beşinci pozisyona kapanır

2.12. Port De Bras (Birinci Ve Üçüncü Pozlarda)

Birinci yıl, birinci poz port de bras hareketi, önce en face (düz, karşıya doğru) sonrasında epaulment (köşelere omuz döndürülerek) yapılır. Üçüncü poz port de bras ise, bar tutulurken en face öğretilir.

UYGULANMASI:

Müzik formu: 4/4

Birinci poz port de bras:

BİRİNCİ AŞAMA

Hazırlık olarak kol, bras bas pozisyonunda tutulur

Birinci ölçü;

(1-2-3-4) Kol birinci pozisyona gelir

İkinci ölçü:

(1-2-3-4) Birinci pozisyonda beklenir

Üçüncü ölçü:

(1-2-3-4) Kol üçüncü pozisyona gelir

Dördüncü ölçü;

(1-2-3-4) Üçüncü pozisyonda beklenir

Birinci ölçü:

(1-2-3-4) Kol ikinci pozisyona açılır

İkinci ölçü;

(1-2-3-4) İkinci pozisyonda beklenir

Üçüncü ölçü;

(1-2-3-4) Kol bras bas (hazırlık) pozisyonuna gelir

Dördüncü ölçü;

(1-2-3-4) Bras bas (hazırlık) pozisyonunda beklenir

İKİNCİ AŞAMA

Birinci ölçü:

(1-2) Kol birinci pozisyona gelir

(3-4) Birinci pozisyonda beklenir

İkinci ölçü:

(1-2) Kol üçüncü pozisyona gelir

(3-4) Üçüncü pozisyonda beklenir

Üçüncü ölçü:

(1-2) Kol ikinci pozisyona açılır

(3-4) İkinci pozisyonda beklenir

Dördüncü ölçü:

(1-2) Kol bras bas (hazırlık) pozisyonuna gelir

(3-4) Bras bas pozisyonunda tutulur

ÜÇÜNCÜ AŞAMA

(1-2) Kol birinci pozisyona gelir

(3-4) Kol üçüncü pozisyona gelir

(1-2) Kol ikinci pozisyona açılır

(3-4) Kol bras bas pozisyonuna döner

Birinci poz port de bras sırasında; kol üçüncü pozisyondan yana (ikinci pozisyona) inerken, küçük bir nefes alır gibi, el bilekleri parmaklardan yukarı doğru bir uzama hareketi yapar. Kollar ikinci pozisyona alınır. Yine en face birinci poz port bras yapılırken, ilk aşamada, kollar üçüncü pozisyondan ikinci pozisyona indiği sırada baş yine karşıda kalmalı ve eli takip etmemelidir. Kol hareketi iyice öğrenildikten sonra baş eklenebilir ve baş, hareket sırasında sağ veya sol kolu takip edebilir.

Üçüncü poz port de bras:

Önce bar tutularak, sonrasında ortada öğretilmelidir. Tek el barda öğretilirken, bar tarafındaki omuzun kontrol edilmesi önemlidir. Omuz ve dirsekler kalkma eğilimi gösterecektir. Bunun olmaması için kürek kemikleri aşağı bastırılarak sırt ve kolun sabitlenmesi sağlanmalıdır. Bu port de bras da, kol bütün pozisyonlardan geçer. Geriye port de bras'ının ilk çalışması, iki el bar tutularak yaptırılabilir. Bu sırada, yatılan tarafın zıt tarafındaki omuzun diğeriyle aynı hizada olmasına dikkat edilmelidir.

UYGULANMASI:

Müzik formu: 3/4 veya 4/4

Hazırlık:

(1) Kol birinci pozisyona gelir

(2) Kol ikinci pozisyona açılır

Birinci ölçü:

(1-2-3-4) Vücut, kalça kemiklerinin hizasından öne doğru verilirken (eğilirken), kol birinci pozisyona gelir. Sırt bu sırada yere paralel ve dümdüz olmalıdır. Kalça kemikleri bacaklardan daha geride olmamalı aynı düzlemde tutulmalıdır

İkinci ölçü:

(1-2-3-4) Beden tekrar düzelirken, kollar birinci pozisyondan geçerek üçüncü pozisyona alınır

Üçüncü ölçü:

(1-2-3-4) Kollar üçüncü pozisyonundayken, sırt kürek kemiklerinin üzerinden geriye gider

Dördüncü ölçü:

(1-2) Vücut geri gelir

(3-4) Kol ikinci pozisyona açılır ve tutulur

Baş, tüm hareket boyunca eli takip eder. Geriye doğru port de bras yaparken baş ve kol birlikte ve koordineli olarak çalışmak zorundadır. Bu sırada göz, dirsek ve bilek arasından ileriye doğru bakar

2.13. Demi Rond De Jambe Par Terre (En Dehors-En Dedans)

Hareket, ilk önce birinci pozisyonda öğretilir. İki el bar üzerinde başlamak öğrencinin kontrolü açısından faydalı olacaktır. Daha sonra hareket tek ele alınabilir. Yine başlangıçta öğrenciye en dehors ve en dedans arasındaki farkın iyi anlatılması gerekir. Bu fark şöyle açıklanabilir: En dehors bir hareketten bahsederken, ayak ve bacak, vücuttan dışarıya doğru bir tam daire veya yarım daire çizerken, en dedans harekette ise dışarıdan vücuda doğru yapılan bir tam veya yarım daire hareketinden bahsedilebilir.

En dehors'da harekete başlarken, birinci pozisyondan harekete başlayan ayak aynı öne tendu'de olduğu gibi, önce topuktan ileriye doğru gerilirken, destek bacak da maksimum yukarı çekilir. Sonrasında demi rond için ayak yana alınırken yine topuk önde tutulmaya çalışılır ve bacağın turn-out pozisyonu korunur. Bu yarım daire hareketi sırasında bacak, vücuttan ne çok uzak, ne de çok yakındadır. Yani, ağırlığın destek bacakta olduğu bir denge merkezinden söz edilebilir. Sonrasında ayak tekrar birinci pozisyona gelir ve aynısı bu sefer yandan arkaya bir yarım daire oluşturulacak şekilde tekrar edilir. Hareket sırasında kalça eklemine ileri-geri veya sağa-sola hareket yapmasını engellemek gerekmektedir. Önem verilmesi gereken bacağın kalça ile beraber hareket etmemesidir.

İlk yılda baş kullanılmamalı ve tam karşıya bakmalıdır. Tüm dikkat bedene ve bacaklara yöneltilmeli ve doğru bir beden duruşunun sağlanmasına önem verilmelidir.

UYGULANMASI:

Müzik formu: 4/4

Harekete birinci pozisyonda ve iki el bar üzerinde başlanır

Hazırlık;

(1) Kol birinci pozisyona alınır

(2) Beklenir

(3) Kol ikinci pozisyona alınır

(4) Tutulur

BİRİNCİ AŞAMA

Birinci ölçü:

(1-2) Ayak battement tendu ile öne açılır

(3-4) Ayak, destek bacağın topuğunun tam karşısına gelene kadar bir yay çizerek ikinci pozisyona geçer

İkinci ölçü:

(1-2) Beklenir

(3-4) Çalışan bacak, battement tendu'nün kuralları ile birinci pozisyona geri döner

İKİNCİ AŞAMA

Hareketin sayıları yarıya indirilerek tekrar edilir

(1) Öne tendu açılır

(2) Yana rond yapılır

(3) Beklenir

(4) Pozisyona kapatılır

Aynı egzersiz arkadan (en dedans) da tekrarlanır. Demi rond de jambe her yöne sekiz kez tekrarlanır

Rond De Jambe Par Terre Hazırlığı (En Dehors/En Dedans)

UYGULANMASI:

Müzik formu:4/4

En Dehors Hazırlığı;

BİRİNCİ AŞAMA

(1) Kol birinci pozisyonda plié (baş hafif eğik ve gözler avuç içine bakar)

(2) Bacak plié'de iken öne tendu açılır

(... – ve) Bacak önden yana gelirken, kol yana alınır (baş yandadır)

(3) Kol ve bacak aynı anda yana alınır ve bacaklar düzelir (baş yandadır)

(4) Ayak birinci pozisyona kapatılır veya yanda tutulur

İKİNCİ AŞAMA

(1) Kol birinci pozisyonda plié

(... - ve) Bacak plié'de iken öne tendu açılır

(2) Kol ve bacak aynı anda yana alınır ve bacaklar düzelir (baş yandadır)

En Dedans Hazırlığı:

BİRİNCİ AŞAMA

(1) Kol birinci pozisyonda pli 

(2) Bacak pli 'de iken arkaya tendu açılır

(... - ve) Bacak arkadan yana gelirken, kol hafifçe aşağıdan yana alınır (ba  hafifçe  ne eğilerek yana alınır

(3) Ayak, kol ve ba  yana alınır

(4) Ayak birinci pozisyona kapatılır veya yanda tutulur

İKİNCİ AŞAMA

(1) Kol birinci pozisyonda pli 

(... - ve) Bacak pli 'de iken  ne tendu açılır

(2) Kol ve bacak aynı anda yana alınır ve düzelir (ba  yandadır)

       AŞAMA

(En dehors ve en dedans olarak)

(... – ve) Kol birinci pozisyonda pli 

(1) Kol birinci pozisyon, pli  de iken ayak tendu'ye ( ne veya arkaya) açılır

(... - ve) Kol ve bacak aynı anda yana alınır ve düzelir (ba  yandadır)

(2) Beklenir

2.14. Rond De Jambe Par Terre (En Dehors / En Dedans)

Rond de jambe par terre en dehors ve en dedans hareketi; çalışan bacağıın, yerde içe ve dışa yaptığı daireler olarak tanımlanır. Bu egzersiz, kalça ekleminin elastikiyet, dışa dönüklük ve hareketliliğini geliştiren en temel egzersizlerdendir. Çalışılmaya başlanmadan önce öğrenciye mutlaka en dehors ve en dedans farkları yeniden açıklanmalıdır.

En dehors; çalışan bacak önden bir yarım daire çizerek yana alınır ve oradan yine yarım daireyi tamamlayarak arkaya geçer. Yani, ayağın, destek bacdktan dışarı ve uzağa doğru kaydığından bahsedebiliriz.

En dedans; çalışan bacak, arkadan bir yarım daire çizerek yana alınır ve oradan yine yarım daireyi tamamlayarak öne geçer. Yani; ayağın, destek bacağa, içeriye doğru kaydırıldığından bahsedebiliriz.

Rond de jambe par terre en dehors ve en dedans hareketi; demi rond de jambe par terre çalışıldıktan sonra yaptırılmalıdır. Başlangıçta, yavaş bir tempoda ve her yöne yapılmalıdır. Daha sonra durmadan yapılır. Sonrasında passé par terre ile kombine edilir.

Rond de jambe par terre, battement tendu hareketinden hemen sonra gelmelidir. Bir diğer hareket olan rond de jambe jeté, rond de jambe par terre hareketinin devamında bacağıın 90 dereceye enerjik bir fırlatma hareketi yapması ile tamamlanan bir egzersizdir.

Bu iki egzersiz de, tüm bar boyunca ortak bir işlevi yerine getirmekte ve kalça ekleminin döndürölmesinin ve hareket kapasitesinin (rotasyon) artması ile turn-out'u (dışa dönüklük) uzun süre koruma kabiliyetinin kazanılmasını sağlayan hareketler bütünüdür.

Rond de jambe par terre kombinasyonunun sonunda bir port de bras yaptırılır. Sebebi ise, ileride yaptırılacak daha komplike, dönüş ve tur içeren daha aktif yapılması gereken hareketler başlamadan, kollar ve vücudun hazırlanması amacının güdülmesidir.⁵

⁵ KOSTROVITSKAYA, PISAREV, a.g.e., s.41

2.15. Rond De Jambe Par Terre Demi Plié İle (En Dehors/ En Dedans)

Rond de jambe par terre, plié ile yapılırken, destek bacak aynı plié'yi korumak zorundadır. Ağırlık, hareket boyunca daima destek bacakta kalmalıdır. Vücut karesi tüm hareket boyunca korunmalıdır. İlk aşamada kol, sadece yanda tutulur. Daha sonraki aşamada kol, bacakla eş zamanlı hareket etmelidir.

UYGULANMASI:

- (1) Plié yapılırken, kol hazırlık pozisyonunda, ayaklar ise birinci pozisyondadır
- (2) Bacak plié'de kalarak öne veya arkaya tendu yapar. Bu sırada kol birinci pozisyona gelir (Baş, avuç içine hafif yatırılarak bakar)
- (3) Plié'de bacak yana rond yaparken, kol ve bacak yana alınır (baş yandadır)
- (4) Plié'de bacak arkaya rond yaparken, kol yanda kalır (baş da, hafif öne yatırılarak yanda tutulur)

2.16. Plié Soutenu (Öne-Yana-Arkaya)

Hareket, birinci ve beşinci pozisyonlarda yapılır. İlk aşamada, hareket hep başladığı pozisyona döner. Hareket yapılırken plié'de ayak, tendu'ye açılır, pozisyona kapatılırken düz olunur. Bu sırada kol hareketin hazırlığından itibaren, yanda tutulmalıdır.

UYGULANMASI:

Müzik formu: 4/4

BİRİNCİ AŞAMA

- (1-2) Plié ile ayak aynı anda tendu'ye açılır (öne/yana/arkaya)
- (3-4) Ayak, birinci veya beşinci pozisyona kapatılır

İKİNCİ AŞAMA

(1) Plié ile ayak aynı anda tendu'ye açılır (öne/yana/arkaya)

(2) Ayak, birinci veya beşinci pozisyona kapatılır

2.17. Battement Soutenu (Öne-Yana-Arkaya)

Battement soutenu, devamlı bir harekettir. Bacakların esneklik ve turn-out gelişimini sağlar. Öncelikle beşinci pozisyonda ve öne başlanır.

Battement soutenu'dan farklı olarak ayak, tendu'ye açılırken, cou de pied devant pozisyonundan geçerek plié'ye inilir. Bu sırada ayak çok hafif şekilde havalanır ve tendu'ye açılır. Hareket boyunca yapılan plié'ler elastiki ve arada duraksama olmadan akıcı bir şekilde yapılmalıdır. 45 derecede yapıldığında, iki bacak aynı anda kapatılmalıdır.

İlk aşamada yerde, sonrasında havada (45 derecede) yapılabilir.

UYGULANMASI:

İki başlangıç sayısı ile beraber sağ kol, ikinci pozisyona açılır.

Kol çalışması:

(1) Ayak sur le cou de pied devant pozisyonuna çekilirken, kol, hazırlık pozisyonundan geçerek, birinci pozisyona gelir

(2) Ayak öne/arkaya açılırken, kol, ikinci pozisyona açılır

(3-4) Kol ikinci pozisyonda beklenir

Kol kullanılırken, ayak ile aynı anda koordineli hareket etmesine dikkat edilmelidir.

Hareket üst üste yapıldığında, kol birincisinde kullanırken ikinci tekrarda kullanılmaz ve sadece yanda tutulur.

Örneğin; hareket üst üste yapılmak isteniyorsa, birincisinde kol kullanılır. İkincisinde kol yanda tutulur.

Eğer hareket bir kez ve en croix (öne-yana-arkaya) yapılmak istenirse;

Önde; kol birinci pozisyondan yana

Yanda; kol ikinci pozisyonda yanda tutulur

Arkada; kol tekrar birinci pozisyondan yana alınır.

Müzik formu: 4/4

BİRİNCİ AŞAMA

(1) Ayak sur le cou de pied devant pozisyonuna çekilir

(2) Plié'ye inilir

(3) Plié'den çıkılır

(4) Ayak, beşinci pozisyona kapatılır

İKİNCİ AŞAMA

(Ve) Upbeat ile beraber çalışan bacak (aynı anda baş karşıya alınır), sur le cou de pied devant pozisyonuna gelirken;

(1) Turn-out pozisyonla birlikte ayak öne uzatılırken, destek bacak da demi-plié'ye inmeye başlar.

(2) Çalışan bacak; harekete devam ederken, ayak parmak ucu yer boyunca ileri doğru kayar ve destek bacak plié yapmaya devam eder.

(3) Gergin ve turn-out pozisyonundaki çalışan bacak, yer boyunca kaydırılarak beşinci pozisyona, aynı anda destek bacak ise plié'den düz pozisyonuna geri dönmeye başlar.

(4) İki bacak da aynı anda beşinci pozisyonda ve dizler gergindir.

Hareket yana ve arkaya aynı şekilde tekrar edilir.

Demi point'te hareket başarıyla yapıldıktan sonra, battement soutenu beşinci pozisyonda demi-point'e yükselme ile birleştirilebilir.

ÜÇÜNCÜ AŞAMA

DEMI POINT'E YÜKSELEREK:

Harekete, sağ ayak önde, beşinci pozisyonda, 3/8'lik bir müzikte eksik ölçü ile başlanır. Birinci vuruşta, kol açılır. İkinci vuruşta hazırlık pozisyonuna alınırken, demi point'te beşinci pozisyona yükselinir. Üçüncü vuruşta kol, birinci pozisyona gelirken baş sol omuzda iken, çalışan bacak ise cou de pied pozisyonuna yükseltilir.

(1) Destek bacak, topuktan yere basılır ve demi-plié yapmaya başlar; çalışan bacak parmaklardan öne uzatılır ve yere açılır. Kollar ikinci pozisyonda, baş sağdadır.

(2) Çalışan bacak, ayak gergin bir şekilde öne doğru kaydırılmaya, destek bacak da plié yapmaya devam eder.

(3) Çalışan bacak beşinci pozisyona dönerken, destek bacak da düz edilmeye başlar. İki bacak beraber, beşinci pozisyon demi point'te hareketi tamamlar.

(4) Pozisyonda beklenir.

Ve sayısı eksik ölçü olarak bir sonraki battement soutenu hareketini başlatır. Hareketin sonunda kol hazırlık pozisyonuna indirilir.

Battement soutenu, her yöne aynı kurallarla yaptırılır. Destek bacak, demi point'ten dönerken, sonuna kadar gerili olmalı, demi plié, ancak topuklar yere değdikten sonra başlamalıdır.

Battement soutenu hareketinde en önemli nokta, mutlaka akıcı olmasıdır. Beden her zaman yukarıda, iki koldan biri bar üzerinde, diğeri ikinci pozisyonda tutulur.

Hareket öncelikle ayrı olarak çalıştırılır. Her yöne dört kez olacak şekilde yaptırılır. Bundan sonra iki defadan fazla olmayacak şekilde, öne, yana, arkaya ve tekrar yana

yaptırılır. Sonrasında baş, ikinci pozisyondaki kola bakacak şekilde kullanılmaya başlar. Yani battement soutenu sırasında mutlaka baş karşıdadır.

Battement soutenu hareketi, battement fondu, battement frappé ve battement double frappé ile kombine edilebilir.

2.18. Sur Le Cou De Pied Pozisyonları

Sur le cou de pied, pozisyon olarak çalışan bacağın, destek bacağın ayak bileğinin önüne veya arkasına dayanmasıdır. Bu pozisyon, klasik balede birçok egzersizde kullanılır.

Egzersiz sırasında; çalışan bacak maksimum turn-out, destek bacak ise yine turn-out ve gergin şekilde olmalıdır. Gövde yukarıda fakat kasılı değil, rahat bir pozisyonda olmalıdır. Sur le cou de pied (bileği saran) pozisyonunda çalışan bacak, destek bacağın ayak bileğini sıkı ve güçlü bir şekilde kavramalıdır.

Üç çeşit cou de pied pozisyonu öğretilir:

Conditional sur le cou de pied devant: Ayağın bilek kemiğinin üstüne sur le cou de pied pozisyonundaki ayağın parmak ucunun dayandığı pozisyondur. Sur le cou de pied devant olarak adlandırılır.

Sur le cou de pied derrière: Çalışan ayağın topuğu, destek bacağın ayak bileğinin arkasındaki bilek kemiğine gelecek şekilde dayanır.

Sur le cou de pied (bileği saran): Çalışan ayağın, destek ayak bileğini sardığı pozisyondur. Bu sırada çalışan ayak kesinlikle gevşetilmez, topuk önde ve parmaklar bileği sıkıca saracak şekilde tutulur.

Bu pozisyonlara, çift el bar tutularak başlanmalıdır. Öncelikle birinci, sonrasında beşinci pozisyondan yapılabilir.

Sur le cou de pied pozisyonları, aynı zamanda frappé ve petit battement hareketlerinin de temeli niteliğindedir. Developpé, fondu ve pirouettes hareketlerinde de devant ve derrière (önde ve arkada) sur le cou de pied pozisyonları kullanılır.

Pozisyonlar öğretildikten sonra řu çalışma yaptırılabilir: Ayak sur le cou de pied pozisyonundan yana tendu'ye açılırken, aynı çizgide hareket eder. Bu sırada dizden yukarısı hareket etmez.



Fotoğraf 2.10: Conditional Sur Le Cou De Pied Devant



Fotoğraf 2.11: Sur Le Cou De Pied (Bileği Saran)



Fotoğraf 2.12: Sur Le Cou De Pied Derrière

Hareketin Hazırlığı:

Çift el barda, ayak iki sayıda havaya kaldırılır. Birinci sayıda yana tendu'ye açılır, ikinci sayıda havaya kaldırılır.

Devamında;

(1) Ayak cou de pied pozisyonuna gelir (önde/arkada bileği saracak şekilde)

(2) Ayak bu pozisyonda tutulur

(3-4) Beklenir

(1) Yana tendu açılır

(2) Beklenir

(3-4) Pozisyona kapatılır

2.19. Battement Fondu (Yana-Öne-Arkaya)

Battement fondu hareketi, önceki egzersizlere göre daha komplikedir. Hareket, bacakların elastikiyet ve gücünü geliştirirken, yumuşak bir akıcılık sağlanmasına yardım eder.

Başlangıçta, yüz bara dönük, yana ve arkaya fondu yaptırılır. Öne battement fondu ise tek el bar üzerinde başlanır. İlk olarak battement fondu yerde (parmak ucu) çalışılır. Çalışmalar başarılı olduktan sonra 45 dereceye açılmaya başlanır.

Battement fondu hareketinin önemi, destek bacağın ilk kez demi-point pozisyonunda kullanıldığı bir egzersiz bütünü olup, bacak ve ayakları daha ağır ve yorucu egzersizlere hazırlamasıdır.

Fondu elastik ve yumuşak bir plié ile yapılır. Bu özelliği ile zıplama hareketlerine tüm kas gruplarını hazırlama özelliğine sahiptir. Elastik bir bantın esnemesi ve tekrar geri gelmesi benzer bir hareket ile karakteri hakkında örnek verilebilir.

Battement fondu hareketi , enerjik ve keskin karakterli olan frappé ve double frappé hareketi ile birleştirilebilir. Bu şekilde yapılan bir çalışmayla kaslar ve tendonların yumuşak bir karakterden keskin bir hale gelmesi ve vuruşları kullanarak bir bütünlük içerisinde geçilmesini sağlar.⁶

Birinci yarıyıl, fondu hareketinin bitişinde ayak yerde, yani tendu pozisyonundadır. İkinci yarıyıl ise, 45 derecede yapılabilir. Fondu hareketinin en önemli noktası, iki bacağın koordinasyon içinde hareket etmesidir. Bacaklar plié yapıldığında, yumuşak ve akıcı olurken, plié tamamlandığında bacaklar maksimum gergin ve sıkı olmalıdır. Fondu hareketi, bacağın üst adalesini zıplama hareketlerine hazırlaması açısından büyük önem taşır.

Hareket sırasında baş; bacak önde iken yanda, bacak yanda iken karşıda (en face), bacak arkada iken yine yanda ve hafif öne doğru eğiktir.

⁶ KOSTROVITSKAYA, PISAREV, a.g.e., s.42

UYGULANMASI:

Müzik formu: 4/4

Fondu öncesi çalışma;

Hazırlıkta ayak tendu'ye açılır

(1) Ayak sur le cou de pied devant veya derrière pozisyonuna gelir (ön/arka)

(2) Bu pozisyonda iken pli  'ye inilir

(3) Bacaklar düzelir

(4) Ayak, yana/  ne/arkaya açılır

  lk aşamadaki bu kombinasyon, fondu hareketinin hangi pozisyonlardan geçtiğinin anlaşılması için yaptırılır.

Battement fondu için kol kullanımı: battement fondu hareketi temel olarak öğretildikten sonra kol kullanımına başlanır. Battement fondu başladığı sırada kademeli olarak sağ kol da indirilir ve demi pli  'ye ulaşıldığında kol da, hazırlık pozisyonuna alınır. Bu sırada ba  , sa   ele bakarak kolu takip eder. Battement fondu'n  n sonunda sağ kol, kademeli olarak birinci pozisyondan geçerek ikinci pozisyona alınır (ba   sağdadır).

Kural olarak kol, egzersizin başlamasıyla harekete geçer fakat bazen ortasında da kullanılmaya başlanabilir.

Battement fondu çeşitli hareketlerle kombine edilebilir. Bunlardan battement frapp   ile birleştirilerek, aksanlı ve aksansız şekilde kullanılarak kasların karşıt hareketlere alışması sağlanabilir.

Kol hazırlığı:

(1-2) Kol, hazırlık pozisyonundan, birinci pozisyona alınır

(3) Kol ikinci pozisyona açılır

(4) Beklenir

BİRİNCİ AŞAMA

(1-2) Ayak, tendu ile beraber sur le cou de pied devant pozisyonuna gelirken plié yapılır

(3-4) Ayak yana açılırken bacaklar aynı anda düzelir

İKİNCİ AŞAMA:

Bu sefer ayak direkt olarak beşinci pozisyondan sur le cou de pied devant pozisyonuna gelir

(1) Ayak sur le cou de pied devant pozisyonuna çekilirken, kol birinci pozisyona alınır

(2) Ayak (öne/yana/arkaya) açılırken, kol ikinci pozisyona açılır

Üst üste fondu yapılıyorsa (örneğin sadece öne üç tane), kol tekrar birinci pozisyona gelmez ve yanda tutulmaya devam edilir. Yana fondu'ye geçişte tekrar kol birinci pozisyondan geçerek yana açılır ve yine tutulur. Arkaya geçişte de aynı kural uygulanır.

Başlangıçta her yöne ayrı olarak battement fondu yapılırken, dört kereden fazla tekrar yapılmamalıdır.

2.20. Battement Retiré Sur Le Cou De Pied

Battement développé hareketine hazırlayıcı nitelikte bir harekettir. Battement développé hareketine geçişi sağlar. Öncelikle sur le cou de pied devant hareketiyle başlar. Retiré yapılırken, ayağın orta parmağı, bacağın ortasından düz bir çizgi çekerek dize kadar gelir ve dize dayanır. Ayağın yukarı çekilmesi sırasında duraksama olmamalıdır.

Öne Retiré çekilirken, sur le cou de pied devant pozisyonundan ayağın parmak ucu destek ayağının bileğinden geçerken, arkaya çekildiğinde yine aynı pozisyonda ayağın topuğu, destek ayağın bilek kemiğinin üzerinden geçmelidir.

Öncelikle bar iki elle tutularak çalışılmalıdır.

UYGULANMASI:

Müzik formu: 4/4

Egzersiz:

Birinci ölçü:

- (1) Sur le cou de pied devant çekilir
- (2) Beklenir
- (3) Pozisyona kapatılır
- (4) Beklenir

BİRİNCİ AŞAMA

- (1) Sur le cou de pied devant çekilir
- (2) Retir  ye çekilir
- (3-4) Beklenir
- (1-2) Sur le cou de pied devant
- (3) Pozisyona kapatılır
- (4) Beklenir



Fotoğraf 2.13: Battement Retir  

2.21. Battement Frappé (Yan-Öne-Arkaya)

Battement frappé bir vuruş hareketidir. Bacakların kuvvetini ve çevikliğini artırır. Ayrıca diz ekleminin hareketliliğini de geliştirir.

Öncelikle iki el bar üzerinde çalışılmaya başlanır. İlk olarak yana sonra öne ve arkaya çalışılır. Başlangıçta, çalışan bacak hızlıca yere sürterek yana açılır. Hareket başarıyla yapıldıktan sonra tek el barda yapılmaya başlanır. Öncelikle parmak ucu yerde sonrasında 45 derece de yapılır.

Hareket kombinasyona bağlanmadan önce mutlaka yalın olarak frappé çalışması yaptırılmalıdır. Birinci yarıyıl hareket tendu'ye biterken, ikinci yarıyıl, 45 derece'ye açılabilir. Öncelikle bar tutularak iki elle başlanmalıdır daha sonra tek ele geçilebilir.

UYGULANMASI

Müzik formu: 4/4 – 2/4

Sağ ayak önde beşinci pozisyonda başlanır. İki hazırlık sayısı ile başlanır

Hazırlık:

(1) Sağ kol (upbeat) hazırlık pozisyonundan birinci pozisyona yükselir. Baş, sağ elin avuç içine bakmaktadır

(...-Ve) Pozisyon tutulur

(2) Çalışan bacak battement tendu ile aynı kurallar uygulanarak yana açılır (parmak ucu yeredir). Sağ kol ikinci pozisyona açılır ve baş sağa çevrilir

(...-ve) Pozisyon tutulur

BİRİNCİ AŞAMA

Battement frappé yana;

(1) Baş en face pozisyonuna alınırken bacak bükülür ve turn-out çevrilerek ayak, küçük bir vuruşla sur le cou de pied (bileği saran) pozisyonuna gelir.

(2) Pozisyon tutulur.

(3) Çalışan bacak, uyluktan çevrilerek yana 45 dereceye açılır.

(4) Pozisyon tutulur ve battement frappé'ye devam edilir.

İKİNCİ AŞAMA

(1) Ayak tendu'den sur le cou de pied (bileği saran) gelir

(2) Yana açılır

(3) Ayak tekrar sur le cou de pied derrière pozisyonuna gelir

(4) Ve tekrar yana açılır

Aynısı öne ve arkaya da tekrar edilir. Bitişinde ise, iki bitiş sayısı ile beraber ayak, beşinci pozisyona kapanır ve sağ kol hazırlık pozisyonuna döner. Baş sağa döndürülür.

Battement frappé tüm yönlerde yapılırken, vuruşlarda aksan dışarıda, yani havadadır.

Omuzlar ve kalça aynı hizada tutulur ve beden yukarı çekili durumda olmalıdır. Destek bacak gergin ve maksimum turn-out durumda olmalıdır.

Başlangıçta battement frappé, kombine edilmeden ayrı çalışılmalıdır. Her yöne en az sekiz defa yaptırılır. Sonrasında her yöne dört defa yaptırılabilir.

2.22. Petit Battement

Petit battement, ayağın küçük vuruşlar yaptığı, dizin hareketliliği ve bacağın hızlanma kabiliyetini geliştirir. İlk olarak yüz bara dönük iki elle, sonrasında tek el bar tutarak çalıştırılır.

İlk sene önce yana yaptırılır. İki el bar üzerinde başlanabilir. Tüm hareket boyunca önemli olan, diz kontrolünün sağlanmasıdır. İki bacak birlikte turn-out pozisyonda çalışmalıdır. Bu sırada vücut, maksimum uzatılmalı ve bacak adaleleri yukarı çekilmelidir. Hareketin en önemli özelliği, çalışan bacağın dizden aşağısının bir sarkaç gibi eşit aralıklarla hareket ettirilmesinin gerekliliğidir. Bu sırada diz, minimumda hareket ederken, dizin altında kalan kısım tüm hareketi gerçekleştirir. Dizin stabilize edilmesi için çeşitli egzersizler yaptırılabilir. Ayağın hareket sırasında, her arkadan öne geçişte, eşit aralıklarla açılıp kapanması gerekmektedir.

Petit battement hareketi sırasında, çalışan bacağın üst kısmından kalçaya ve oradan dize kadar olan bölüm, mutlaka turn-out olmalı ve sabit tutulmalı; alt kısım, yani dizden ayak parmağına kadar olan bölüm ise, sur le cou de pied (bileği saran) ve derrière pozisyonlarını net bir şekilde gösterebilmelidir. Ayağın üstü ve parmak ucu, kuvvetli bir şekilde gergin tutulmalı, destek bacak sıkı ve turn-out olmalıdır.

Kol ve bacak aynı anda pozisyona kapatılmalı, baş ise hareket boyunca iki el bar tutuluyorsa karşıda, tek el yapılıyorsa yanda olmalıdır. Hareket en dehors ve en dedans olarak yapılır.

Petit battement, müziğin sonuna kadar sur le cou de pied (bileği saran) ve sur le cou de pied derrière olarak alternatif şekillerde tekrar edilir (2/4'lük bir parçada, sekiz ölçüden az olmayacak şekilde). Egzersizin sonunda, ilk bitiş sayısı ile, çalışan bacak parmak ucu yerde olacak şekilde ikinci pozisyona açılır, ikinci sayıyla birlikte beşinci pozisyona kapanır. Kol hazırlık pozisyonuna iner ve baş sağa döndürülür.

Harekette kullanılacak eşlikte, müziğin artikülasyonunda staccato (zıplayarak) kullanılmalıdır. İlk olarak, her hareket bir ölçüde tamamlanacak şekilde yapılır.

UYGULANMASI:

Müzik formu: 4/4

Hazırlık birinci aşama:

- (1) Kol birinci pozisyona gelir
- (2) Kol ikinci pozisyona gelirken, ayakta ikinci pozisyonda tendu'ye açılır
- (3) Ayak sur le cou de pied (bileği saran) alınır
- (4) Tutulur

Hazırlık ikinci aşama:

- (1) Kol birinci pozisyona gelir
- (...-ve) Kol ikinci pozisyona gelirken, ayak da ikinci pozisyonda tendu'ye açılır
- (2) Ayak sur le cou de pied (bileği saran) alınır

BİRİNCİ AŞAMA

- (Ve de 1) Ayak sur le cou de pied (bileği saran) pozisyonuna gelir
- (Ve de 2) Ayak sur le cou de pied derrière pozisyonuna alınır

İKİNCİ AŞAMA

- Ayak sur le cou de pied (bileği saran) pozisyonunda tutulur
- (...-ve) Ayak sur le cou de pied derrière pozisyonuna alınır
- (1) Ayak tekrar sur le cou de pied (bileği saran) gelir
- (...-ve) Arkaya alınır
- (2) Tekrar öne alınır



Fotoğraf 2.14: Petit Battement (Birinci Aşama)



Fotoğraf 2.15: Petit Battement (İkinci Aşama)



Fotoğraf 2.16: Petit Battement (Üçüncü Aşama)

2.23. Battement Double Frappé (Yana-Öne-Arkaya)

Battement double frappé hareketi, ikili vuruş anlamındadır ve petit battement ile battement frappé hareketinin kombine edilmesiyle oluşur. Bu hareketlerin kuralları ile aynı kurallar çerçevesinde yapılır. Bacakların çevikliğini ve hareketliliğini geliştirir.

Beşinci pozisyonda başlanır. Hazırlık, battement frappé ile aynıdır.

UYGULANMASI:

Müzik formu: 4/4

Hareket ilk yarıyıl tendu'de biterken, ikinci yarıyıl 45 dereceye açılarak yapılabilir. frappé ve petit battement öğretildikten ve belli bir seviyeye geldikten sonra battement double frappé öğretilmelidir. Öncelikle mutlaka iki el bar üzerinde ve yana öğretilmelidir. Sonrasında öne ve yana yaptırılır. Hareket iyice anlaşıldıktan sonra tek elle yapılmaya başlanabilir. Önce, mutlaka en dehors çalışılmalıdır.

Hazırlık:

- (1) Kol birinci pozisyona gelir
- (2) Kol ikinci pozisyona açılırken, bacak da yana tendu'ye alınır
- (3-4) Tendu'de beklenir

Hazırlık ikinci aşama:

- (1) Kol birinci pozisyona gelir
- (2) Kol ikinci pozisyona açılırken, bacak da yana tendu'ye alınır
- (3) Ayak yana en l'air pozisyonuna alınır
- (4) Beklenir

Hazırlık üçüncü aşama:

- (1) Kol birinci pozisyona gelir
- (2) Kol ikinci pozisyona açılırken, bacak da yana tendu/en l'air'e alınır

Hazırlık dördüncü aşama:

- (1) Kol birinci pozisyona gelir
- (...-ve) Kol ikinci pozisyona açılırken, bacak da yana tendu/en l'air'e alınır

BİRİNCİ AŞAMA

Birinci ölçü:

- (1) Çalışan bacak sur le cou de pied (bileği saran) pozisyonuna gelir
- (2) Bacak derrière pozisyonuna alınır (petit battement kuralları çerçevesinde)

(3) Bacak yana açılır ve parmak ucu yerdedir (battement frappé'deki kurallar çerçevesinde)

(4) Pozisyon tutulur

İkinci ölçü:

(1) Ayak bu sefer sur le cou de pied derrière pozisyonuna alınır

(2) Sur le cou de pied (bileği saran) pozisyonuna gelir

(3) Bacak yana açılır ve parmak ucu yerdedir

(4) Pozisyon tutulur

Hareketin devamında;

Battement double frappé yana yapıldıktan sonra tüm yönlerde tekrar edilir. Ayak, ikinci pozisyondan sur le cou de pied derrière ve ardından sur le cou de pied (bileği saran) pozisyonuna gelir ve yana açılır. Yine bacak, bu sefer sur le cou de pied (bileği saran) pozisyonundan, sur le cou de pied derrière pozisyonuna alınır ve arkaya açılır. Son olarak ise, bacak sur le cou de pied derrière pozisyonundan, sur le cou de pied (bileği saran) pozisyonuna alınır ve yana açılır.

Battement double frappé tüm yönlere ve çeşitli kombinasyonlarla yaptırılabilir.

Battement double frappé, parmak ucu yerde olarak yapıldıktan sonra, 45 dereceye açılarak da yapılabilir. Kurallar, battement frappé 45 derece ile aynıdır.

İKİNCİ AŞAMA

(1) Sur le cou de pied (bileği saran)

(...-ve) Sur le cou de pied derrière pozisyonuna alınır

(2) Yana tendu veya en l'air'e açılır

ÜÇÜNCÜ AŞAMA

(Ve de) Önce sur le cou de pied (bileği saran) veya derrière yapılır

(1) Yana tendu veya en l'air'e açılır

(2) Tutulur

(Ve de) Önce sur le cou de pied (bileği saran) sonra sur le cou de pied derrière yapılır

(3) Yana tendu veya en l'air'e açılır

(4) Tutulur

Önce dört set sadece en dehors yaptırılır. Sonrasında aynı set en dedans için yapılır

2.24. Battement Relevé Lent 90 Derecede

Battement relevé lent, bacağın 90 derecelik açıya yavaşça yükselmesi ile yapılır. Hareket; bacağın kuvvetini artırırken ve aynı zamanda hafif görünmesini sağlayacak yönde geliştirir.

Hareket ilk yarıyıl birinci pozisyonda, ikinci yarıyıl beşinci pozisyonda yaptırılır. Yine ilk yarıyıl iki el bar üzerinde, ikinci yarıyıl tek elle çalışmaya devam edilebilir. Harekete başlamak için temel anlamda, battement tendu ve battement jeté hareketlerinin çok iyi kavranmış ve oturtulmuş olması büyük önem taşımaktadır. Harekete mutlaka yana başlanmalıdır. Yine hareket boyunca vücudun kare pozisyonunun bozulmaması ve sağa ya da sola yatırılmaması önemlidir.

Battement relevé lent yana: Başlangıç pozisyonu, beşinci pozisyondur. İki giriş sayısı ile sağ kol, önce birinci sonra ikinci pozisyona açılır. Çalışan bacak, yerde bir kayma hareketi ile bekletilmeden yavaşça 90 derecelik düz bir açıya kaldırılır. Bu sırada bacak, gergin ve turn-out, gövde ise yukarı çekilmiş olmalıdır. Çalışan bacak istenilen yüksekliğe ulaştıktan sonra, aynı şekilde yavaşça yere indirilir. Tekrar beşinci pozisyona kapatılır. Aynısı öne ve arkaya da uygulanır.

Hareketin bitişinde, iki sonlandırıcı sayıyla birlikte, sağ kol, hazırlık pozisyonuna iner ve baş sağa çevrilir.

Bar üzerindeki ve ikinci pozisyondaki kollar, özellikle arkaya relevé lent yaparken destek bacak tarafındaki omuz, mutlaka kaldırılmamalı ve bir pozisyonda tutulmalıdır. Destek bacak gergin, beden ise özellikle arkaya yapılırken hafif öne eğik konuma gelmiş olsa bile yine yukarıda çekili şekilde olmalıdır.

Baş, öncelikle en face pozisyonda kullanırken sonraları, öne ve arkaya yapılırken çalışan bacak tarafına döndürülür. Fakat yana yapılırken daima karşıdadır.

Bacak, öğrencilerin fiziksel yetenek ve yeterliliğine göre, 90 dereceden daha yüksek bir açıda da çalıştırılabilir.

Tek el çalışılırken kol birinci pozisyona gelirken, ayak eş zamanlı olarak tendu'ye açılır ve kol ikinci pozisyona alınırken, ayak da en l'air pozisyonuna alınır. Bacak pozisyona kapatılırken, önce kol hareketi başlatmalı, kol bacak hizasına kadar inmeli sonrasında bacak da eş zamanlı olarak kapanış pozisyonuna gelmeli ve hareketi sonlandırmalıdır. Bu koordinasyon hareketin devamlılığı için büyük önem taşımaktadır. Eğer kol kullanılmaya başlanırsa, bu koordinasyonu öğrenciye çok iyi anlatmak ve vücuduna geçirmek büyük önem taşır. Eğer hareket birden fazla defa üst üste yapılmak isteniyorsa, her seferinde kol kullanmak yerine kolun yanda tutulması ve öğrencinin bacağın hareketine odaklanması sağlanmalıdır.

UYGULANMASI:

Müzik formu: 4/4

- (1) Ayak tendu'ye alınırken kol birinci pozisyona gelir (yan-ön-arka)
- (2-3) Ayak en l'air pozisyonuna kalkarken kol, aynı anda ikinci pozisyona alınır
- (4) Tutulur
- (5-6) Ayak tendu pozisyonuna geri döner
- (7) Pozisyona kapanır (birinci-beşinci)
- (8) Tutulur

2.25. Round De Jambe En L'air

Rond de jambe en l'air hareketi, bacağın havada yaptığı dairesel hareketleri içerir. Dizden ayak parmağına kadar olan kısmı hareketliliğinin gelişimine yardımcı olur. Bu egzersiz, aynı rond de jambe par terre'de olduğu gibi en dehors ve en dedans yapılır. İlk yarıyıl iki el bar üzerinde öğretilir.

UYGULANMASI:

Müzik formu: 4/4

Hazırlık:

- (1) Kol birinci pozisyona alınır
- (2) Kol ikinci pozisyona alınırken ayak yana tendu'ye açılır
- (3) Ayak en l'air'e (havaya) kaldırılır
- (4) Tutulur

Hazırlık ikinci aşama:

- (1) Kol birinci pozisyona alınır
- (...-ve) Kol ikinci pozisyona alınırken, ayak yana tendu'ye açılır
- (2) Ayak en l'air'e alınır

BİRİNCİ AŞAMA

- (1) Ayak yanda ve havadayken retiré'ye kapanmaya başlar
- (2) Ayak Retiré hizasındadır
- (3) Ayak tekrar yana açılır
- (4) Tutulur

İKİNCİ AŞAMA

(1) Ayak yandan retire'ye gelirken rond yapar

(2) Retir  den yana açılır

Hareket    kez üst üste yapılabilir. Sonrasında bacağın dinlenmesi için tekrar tendu'ye indirilir ve tekrar (en l'air) havaya alınarak harekete devam edilebilir.

Hazırlık;

Sağ bacak   nde ve beşinci pozisyonda

(1) Sağ kol birinci pozisyona yükselirken, gözler avuç içine bakar

(...-ve)  alışan bacak parmak ucu yerde kalacak şekilde ikinci pozisyona açılır. Sağ kol ikinci pozisyonda, baş sağa dönüktür

(2) İkinci pozisyon en l'air pozisyonuna açılır (45 dereceye). Baş en face'a döner

EN DEHORS:

(1)  alışan bacak, üst kısmı tamamen hareketsiz olacak şekilde diz bükülür. Turn-out korunarak bacak, yandan baldırın ortasına kadar getirilir

(2)  alışan bacak, topuktan turn-out çevrilerek ve uzatılarak en dehors bir rond çizerek (küçük dairesel bir hareketle) yana açılır (45 dereceye)

(3-4) Pozisyon tutulur

EN DEDANS:

Beşinci pozisyon sağ bacak arkada, müzikte iki giriş akorundan sonra; sağ bacak 45 dereceye kaldırılır ve baş en face pozisyonuna döndürülür

(1)  alışan bacak, üst kısmı hareketsiz tutulmaya çalışılarak, dizden bükülür ve en dedans bir rond çizerek baldırın ortasına kadar getirilir

(2)  alışan bacak, topuktan turn-out çevrilerek ve uzatılarak yana açılır (45 dereceye)

(3-4) Pozisyon tutulur

Rond de jambe en l'air hareketi sırasında, vücut ağırlığı destek bacak üzerindedir. Çalışan bacak da, dizin üst kısmının sabit tutulması yapılan dairesel hareket sırasında dizin aşağı yukarı hareketini engelleyerek doğru bir açıyla hareketin yapılmasını sağlar. Destek bacak olabildiğince gergin ve turn-out tutulmalıdır.

Bu hareket öğretilmeden önce battement relevé lent ve 90 derece kavramlarının öğrencinin vücuduna tam olarak geçirilmesi ve kavratılması gerekmektedir. Ancak bundan sonra rond de jambe en l'air hareketi öğretilmeye başlanabilir. Hareketin başarıya ulaşması için öğrencinin, egzersizlerle, mümkün olduğunca sıkı ve sağlam bir adale yapısına kavuşması sağlanmış olmalıdır.

En dehors ve en dedans rond de jambe hareketinin anlatılması:

En dehors; ayak yana açıldıktan sonra, retiré'ye düz bir şekilde baldırın biraz üstüne, diz hizasına gelecek şekilde çekilir. Buradan küçük bir dairesel hareketle en dehors bir rond yaparak yana açılır.

En dedans; ayak yana açılırken, küçük bir dairesel hareketle en dedans bir rond yapacak şekilde baldırın biraz üstüne çekilir ve buradan yana açılır.

Her iki şekilde de, diz ekleminin hareketi daireseldir. Aşağıya veya yukarıya doğru herhangi bir hareket yapmamalıdır. Tüm hareket boyunca dizden aşağısı hareket ederken dizin üstü sabit tutulmaya çalışılmalıdır.

2.26. Battement Développé (Yana-Öne-Arkaya)

Battement développé hareketi, kalça ekleminin turn-out pozisyonunu geliştiren ve bacakların kuvvetlenmesini sağlayan bir harekettir. Bu özelliğiyle, klasik dansla temel niteliğindedir.

Başlangıçta sadece bacağa dikkat verilir. Hareket sırasında kol kullanılmaz. Baş ise; bacak öne açıldığında yanda, yana açıldığında önde, arkaya açıldığında yine yandadır.

İlk yarıyıl mutlaka iki el bar üzerinde başlanmalıdır. İkinci yarıyıl tek el çalışılmaya başlanabilir. Öncelikle yana başlanmalıdır. Battement développé hareketi yana

yapıldıktan sonra öne ve arkaya aynı şekilde tekrar edilir. Yana ve arkaya, öncelikle yüz bara dönük yaptırılır. Hareket ilk yıl 90 dereceye açılmalıdır. İkinci yarıyıl, daha yükseğe de denenebilir. Hareket yapılırken dikkat verilmesi gereken en önemli konu; ayağın doğru bir sur le cou de pied devant pozisyonundan başlaması ve yine doğru bir Retiré pozisyonundan geçerek hareketin tamamlanmasıdır.

Öne ise, tek el bar üzerinde çalışılmaya başlanır. Başlangıçta hareket, her yöne dört defa olacak şekilde tekrar edilir ve kombine edilmeden ayrı çalışılır. Sonrasında, iki öne, iki yana, iki arkaya ve tekrar iki yana olacak şekilde birleştirilebilir.

İkinci pozisyonda ve bar üzerinde tutulan kolun doğru pozisyonlarının bozulmadan hareket boyunca tutulması çok önemlidir.

Başlangıçta, egzersiz boyunca baş, en face tutulur. Sonrasında öne ve arkaya développé yapılırken, baş çalışan bacak tarafına çevrilir. Fakat bacak yandayken, baş daima en face tutulur.

Bacak retiré'den öne açılırken ayak, dizin önünden geçerek, yana açılırken yanından ve arkaya açılırken önce ayağın topuğu sonrasında da parmak ucu dizin arkasına gelecek şekilde çekilir ve dizden yukarı doğru bir hizada açılır.

Hareket başladığında ayak, sur le cou de pied devant ve sonrasında Retiré pozisyonundan geçerken kesinlikle duraksama yapılmaz. Sur le cou de pied devant pozisyonuna mümkün olduğunca seri biçimde geçilmelidir. Ayak açıldıktan sonra indiriş relevé lent hareketindeki kurallarla aynı şekildedir. Yine ayak, tendu pozisyonundan geçerek bitiriş pozisyonuna kapanır.

Arkaya battement développé öğretilirken, özellikle dizin açılıştaki konumu, hareketin kalitesi açısından büyük önem taşır. Bacak arkaya açılırken, diz eklemi yukarıya doğru taşınacak biçimde tutulmalı ve çapraz omuz hizasına gelecek şekilde açılmaya çalışılmalıdır. Bu sırada vücut, öne yatmamalı, pelvisin aşırı derecede aşağı kayması önlenmelidir. Bunun olmaması için, vücut göğüsten öne ve ileriye doğru taşınmalı ve yukarı çekilmelidir. Tek el çalışırken ise, barı tutan omuz öne veya arkaya kaçırılmamalı ve sağlam tutulmalıdır. Yine barı tutan omuz, kürek kemikleri yardımıyla iyice aşağı bastırılmalı ve kolun stabilize edilerek vücudun sağlam tutulmasına yardım edilmelidir. Tüm hareket boyunca kalça ve omuzun kare şekli ve destek bacağın turn-out pozisyonu korunmaya çalışılmalıdır.

UYGULANMASI:

Müzik formu: 4/4

Sağ ayak önde beşinci pozisyon;

Kol iki hazırlıkta alongé pozisyonuna açılır ve tekrar bras bas pozisyonuna gelir

(1) Ayak sur le cou de pied devant pozisyonuna çekilirken, kol beraberinde birinci pozisyonuna doğru gelmeye başlar

(2) Retiré hizasına gelirken kol birinci pozisyona gelir

(3-4) Yana/öne/arkaya açılır

(1-2) Tutulur

(3) Bacak tendu pozisyonuna indirilir

(4) Beşinci pozisyona kapanır

2.27. Grand Battement Jeté (Öne-Yana-Arkaya)

Grand battement jeté, büyük bir salınım hareketidir. Battement relevé lent 90 derece olduğu gibi, bacak kaslarının kuvvetlenmesi ve bu sayede hafif gözükmelerini sağlayan bir egzersizdir. Grand battement jeté çalışılmaya başlanırken öncelikle iki el bar üzerinde ve yana yaptırılır. Daha sonra arkaya geçilir.

Öne grand battement jete ise, daima tek el bar üzerinde çalışılmalıdır. Önce birinci pozisyonda ve iki el bar üzerinde gösterilebilir. Sonrasında tek ele geçilir.

Baş kullanımı, battement relevé lent ile aynıdır.

Önce sadece öne, sonra yana ve en son olarak da arkaya grand battement öğretilir.

Grand battement hareketinin temeli, battement jete hareketidir. Dolayısıyla öncelikle jete hareketinin iyice anlaşılmış olması önemlidir.

Grand battement jete, ilk başlarda 90 derecede öğretilir. Bu sayede vücut karesi bozulmadan özellikle kalçanın daha sabit tutulması sağlanabilir. Çünkü bacak

açısında artışına paralel olarak, vücudun karesinin ve kontrolünün kaybedilmesi artacaktır.

Hareket ilk öğretilirken, ayak direkt 90 dereceye gelmeden, tendu aşamasında bir bekletme yapılabilir. Hareket sırasında dizler maksimum gergin olmalıdır. Özellikle bacağın fırlatılması sırasında destek bacağın kırılmaması ve gevşememesi, aynı anda turn-out pozisyonunun bozulmaması, hareketin sağlamlığı ve teknik anlamdaki başarısı için önemlidir.

Barı tutan elin hareket sırasında yer değiştirmemesi ve dirseğin havaya kaldırılmaması önemlidir. Bunun sağlanması için el bileğinin bastırılması ve fazlaca hareket etmesi engellenmelidir.

Öne Grand Battement yapılırken, vücut kürek kemiklerinden aşağı bastırılacak şekilde geriye verilir. Bu sırada baş yanda tutulur.

Grand battement yana yapılırken, vücut düzdür. Bu sırada baş karşıda olmalıdır.

Grand battement arkaya yapılırken, vücut göğüs kemiğinden hafif öne verilir. Arkaya yapılırken bar tarafındaki omuzun, kürek kemiğinden geriye doğru itilip, aşağı doğru bastırılması gerekir.

Piyanistin hareketin aksanlarını, müzikteki iniş, çıkış ve vurgularla desteklemesi, hareketin icrasında büyük önem taşımaktadır.

Öne Grand battement jeté, beşinci pozisyonda başlanır. Sağ kol ikinci pozisyona açılır.

UYGULANMASI:

Müzik formu: 4/4

BİRİNCİ AŞAMA

- (1) Çalışan bacak yeri sürterek 90 derecelik bir açı oluşturacak şekilde öne fırlatılır
- (2) Ayak parmak ucu gergin bir şekilde bacak kasları yardımıyla kontrollü bir şekilde yere tendu pozisyonuna indirilir

(3) Ayak beşinci pozisyona kapatılır

(4) Beklenir

İKİNCİ AŞAMA:

(1) Çalışan bacak yeri sürterek 90 derecelik bir açı oluşturacak şekilde öne fırlatılır

(...-ve) Ayak parmak ucu gergin bir şekilde bacak kasları yardımıyla kontrollü bir şekilde yere tendu pozisyonuna indirilir

(2) Ayak beşinci pozisyona kapatılır ve beklenir

ÜÇÜNCÜ AŞAMA:

(1) Grand battement açılır

(...-ve) Ayak tendu'ye iner

(2) Pozisyona kapanır

DÖRDÜNCÜ AŞAMA:

(...-ve) Grand battement açılır

(1) Pozisyona kapanır

Aynısı yana tekrar edilir. Ayak her seferinde öne veya arkaya isteğe göre kapatılıp değiştirilebilir. Hareket arkaya tekrarlandıktan sonra, iki bitiriş sayısıyla kol hazırlık pozisyonunda iner ve baş sağa çevrilir.

Başlangıçta, her ayrı yöne sekiz defa olacak şekilde çalıştırılır. Sonrasında dört defa en croix yaptırılır.

2.28. Relevé (Demi Point) Birinci-İkinci Ve Beşinci Pozisyonlarda

Relevé, yükselme anlamına gelir. Relevé ile yükselerek ayağın yarısının (parmakların bitiminden) yerde olduğu bir pozisyona geçildiği zaman bu yükselişe demi point denir. Bu yükseliş ve demi point'e çıkış sırasında bacak kasları güçlendirilerek hazır hale getirilir. Relevé ile demi point'e yükseliş, yüz bara dönük olarak, birinci, ikinci ve beşinci pozisyonlarda yapılır.

İlk olarak birinci pozisyonda öğretilmeye başlanmalıdır. İki bacak kırılmadan relevé'ye çıkılmalı ve aynı şekilde inilmelidir. Bu sırada vücut öne veya arkaya hareket etmeden ve sallanmadan, iniş ve çıkış hareketini gerçekleştirmelidir. Aynı anda turn-out pozisyon korunmalıdır. Relevé'ye çıkarken ayak bileğinin topuktan biraz öne doğru itilmesi gerekir. Bu çıkış hareketi sırasında, ayak parmakları kıvrılmadan yeri tam kavramalı ve bu pozisyondan yapılabildiği kadar yüksek bir relevé'ye çıkılması hedeflenmelidir. Birinci pozisyondan sonra ikinci ve beşinci pozisyonlar çalışılmaya başlanabilir.

Beşinci pozisyonda relevé yapılırken yukarı çıkıldığı sırada, ayaklar birbirine toplanmadan aynı pozisyonda iniş ve çıkışla başlanmalıdır. Yani öncelikle beşinci pozisyon relevé'ye, toplama hareketi yapılmaksızın çıkılmalıdır.

Çalışmaya bar üzerinde iki elle başlayıp ardından tek ele geçilebilir. Tek el çalışma sırasında kol, hazırlık, birinci veya üçüncü pozisyonda kullanılabilir.

Kolun üçüncü pozisyonda kullanımı sırasında ilk aşamada, baş düz bir şekilde öne bakar, yani kullanılmaz. İkinci aşamada baş, bilek ve dirseğin arasından uzağa doğru bakmalıdır.

UYGULANMASI:

Müzik formu: 4/4

BİRİNCİ AŞAMA

- (1) Relevé için yükselmeye başlanır
- (2) Relevé'ye çıkılır
- (3-4-1-2) Tutulur

(3) Relevé'den inilir

(4) Beklenir

İKİNCİ AŞAMA

(1) Relevé'ye çıkılır

(2) Tutulur

(3) Relevé'den inilir

(4) Beklenir

ÜÇÜNCÜ AŞAMA

(1) Relevé'ye çıkılır

(2) Relevé'den inilir

Relevé demi plié ile;

Önce iki el, sonra tek el yapılır. Tek el yapıldığında kol, önce hazırlık pozisyonunda kullanılır.

BİRİNCİ AŞAMA

(1) Plié

(2) Relevé

(3-4-1-2) Tutulur

(3) Bacaklar düz olur

(4) Beklenir

İKİNCİ AŞAMA

(1) Plié

(2) Relevé

(3) Plié

(4) Bacaklar düz olur

Tek el bar üzerinde yapılırken ikinci aşama olarak da kol eklenebilir.

Kolun birinci pozisyonda kullanımı:

- (1) Plié (kol birinci pozisyonda)
- (2) Relevé ile demi point'e çıkılır (kol tutulur)
- (3-4) Tutulur
- (1-2) Kol ikinci pozisyona açılır
- (3) Alongé yapılır
- (4) Kapatılır

Kolun üçüncü pozisyonda kullanımı:

- (1) Plié (kol birinci pozisyonda)
- (2) Relevé (kol üçüncü pozisyona alınır)
- (3-4) Tutulur
- (1-2) Kol ikinci pozisyona açılır
- (3) Alongé yapılır
- (4) Kapatılır

Kombinasyon sırasında, kol hazırlıktan üçüncü pozisyona çıkarken relevé'ye başlanır ve ayağın inmesiyle kol açılmaya başlanır.



Fotoğraf 2.17: Yanlış Demi Point Pozisyonu (Bilek Aşırı Öne İtilmiş)



Fotoğraf 2.18: Yanlış Demi Point Pozisyonu (Dışa Oraklama Yapılmış)



Fotoğraf 2.19: Doğru Demi Point Pozisyonu (Yandan Görünüm)



Fotoğraf 2.20: Doğru Demi Point Pozisyonu (Önden Görünüm)

2.29. Port De Bras (Yana / Arkaya)

Öncelikle yüz bara dönük ve iki el tutularak başlanır.

Yana port de bras yapılırken, vücut kalça kemiklerinde çok hafif öne doğru verilerek bir yatış yapılır. Baş, hangi yöne gidiliyorsa, o yöne çevrilir.

Arkaya port de bras yaparken ise, kalça ve omuz kontrolü çok önemlidir. Geriye giderken iki omuzun aynı düzlemde olmasına dikkat edilmelidir. Baş vücudun gittiği yöne bakarken, vücut kürek kemiklerinden geriye yatırılmalı bu sırada bele yüklenilmeden önce yukarı sonra geriye doğru bir yatıştan bahsedilir. Geriye yatıştan sonra kalkıldığı sırada baş da düz pozisyonuna döner.

UYGULANMASI:

Müzik formu:4/4

Yana port de bras:

- (1-2) Port de bras yana
- (3-4) Yanda tutulur
- (5-6) Geri gelinir
- (7-8) Beklenir

Arkaya port de bras

- (1-2) Port de bras arkaya
- (3-4) Arkada beklenir
- (5-6) Geri gelinir
- (7-8) Beklenir



Fotoğraf 2.21: Yana Port De Bras



Fotoğraf 2.22: Arkaya Port De Bras

2.30. Pas De Bourré Suivi

Öncelikle yüz bara dönük, ayak beşinci pozisyonda ve iki el tutularak başlanır. Hareket yapılırken, dizler aşırı gergin olmadan rahat bir pozisyonda çalışmalıdır. Bu sırada ayak, parmak uçlarından hafifçe havalandırılır ve devamlı bir hareket olması sağlanır. Önce, ön bacak hareketi başlatır ve sonrasında arka bacakla devam edilir. Ayak, öne ve arkaya doğru küçük cou de pied hareketleri yaparken, bacaklar gevşetilmez ve hareketin adeta kayıyormuş gibi bir his uyandırması sağlanır. Sağ bacak önde ve beşinci pozisyonda ise sağa, sol bacak öndeyse sola gidilir.

Önce yerinde, sonra ilerleyerek yapılır.

UYGULANMASI:

Müzik formu: 4/4 – 3/4

Hareketin hazırlığı;

- (1) Plié yapılır
- (2) Relevé'ye çıkılır

2.31. Pas De Bourré (En Dehors-En Dedans)

Başlangıçta yüz bara dönük ve iki el başlanır. Pas de bourré yapılırken hiçbir zaman iki ayak aynı anda yerde kalmamalıdır. Bir ayak yere basarken diğer ayak hemen sur le cou de pied pozisyonuna çekilir.

UYGULANMASI:

Müzik formu: 3/4- 4/4

Hazırlık en dehors;

- (1) Ayak arkaya tendu açılır
- (2) Plié ile sur le cou de pied derrière pozisyonuna alınır

Hareket Beşinci pozisyondan;

- (1) Arka bacağın üzerine basılır ve öne cou de pied pozisyonuna geçilir
- (2) Diğer bacağa geçilir (ikinci pozisyona basarak) ve tekrar diğer bacak sur le cou de pied devant pozisyonuna çekilir
- (3) Öne tombé yapılır (arka ayak cou de pied)
- (4) Beklenir

Hazırlık en dedans:

- (1) Ayak öne tendu açılır
- (2) Plié ile sur le cou de pied devant pozisyonuna

Hareket Beşinci pozisyondan;

- (1) Öndeki bacağa basılır ve sur le cou de pied derrière pozisyonuna geçilir
- (2) Diğer bacağa geçilir (ikinci pozisyona basarak) ve tekrar sur le cou de pied devant pozisyonuna çekilir
- (3) Arkaya tombé yapılır (ön ayak sur le cou de pied devant)
- (4) Beklenir

2.32. Demi Detourné

Demi Detourné hareketi, bedeni her türlü dönüşe hazırlamak amacıyla yapılan bir harekettir. Hareket beşinci pozisyonda yapılır. Hareket önce demi plié'siz ve düz bacadan demi point'e çıkılarak yapılabilir. Sonrasında plié-relevé ile demi point'te çalışabilir.

Bar tarafından yapılan Demi Detourné: Sağ ayak önde beşinci pozisyonda başlanır. Sağ kol ikinci pozisyonda, sol kol bar üzerinde ve baş sağdadır.

UYGULANMASI:

Müzik formu: 2/4

Ve de; demi pli  yapılır

(1) Tüm beden yukarı çekilerek yüksek bir demi-point'e çıkılır (sağ kol ikinci pozisyonda tutulur ve bağ en face pozisyonda, gözler direkt olarak karşıya bakmalıdır)

(2) Bara doğru, 180 derecelik bir dönüş hareketi yapılır. Dönüş tamamlandığında bu defa sol ayak önde beşinci pozisyondadır. D n  n başlangıcında, iki kol aynı anda birinci pozisyona gelirken, dönüş tamamlandığında, sağ kol bar üzerinde, sol kol ikinci pozisyonda olmalıdır. Kollar birinci pozisyonda birleştiği sırada, ba  sağda; biti te ise sola dönmüş olmalıdır

(3) Pozisyon tutulur (demi-point)

(4) Demi pli 'ye inilir ve hareket diğer yönden tekrar edilir

Barın dışından yapılan demi Detourn : Sağ ayak arkada beşinci pozisyonda başlanır. Sağ kol ikinci pozisyonda, sol kol bar üzerinde ve ba  sağdadır

(...-ve) Demi pli  yapılır

(1) Tüm beden yukarı çekilerek yüksek bir demi-point'e çıkılır (sağ kol ikinci pozisyonda tutulur ve bağ en face pozisyonda, gözler direkt olarak karşıya bakmaktadır)

(2) Bara doğru, 180 derecelik bir dönüş hareketi yapılır. Dönüş tamamlandığında bu defa sol ayak arkada beşinci pozisyondadır. D n  n başlangıcında, iki kol aynı anda birinci pozisyona gelirken, dönüş tamamlandığında, sağ kol bar üzerinde, sol kol ikinci pozisyonda olmalıdır. Kollar birinci pozisyonda birleştiği sırada ba  sağda, biti te ise sola dönmüş olmalıdır

(3) Pozisyon tutulur (demi-point)

(4) Demi pli 'ye inilir ve hareket diğer yönden tekrar edilir

Dönüş sırasında en önemli nokta: Bedenin, bacakların ve kolların hareketinin, eş zamanlı ve koordine biçimde olmasıdır.

Yarım dönüş iyice oturduktan sonra, bazı bar egzersizleri ile birleştirilebilir. Sonrasında orta egzersizleri ile kombine edilebilir. Hareketin başında yapılan demi pli  hareketi birinci sayıda veya (ve de) eksik  l   sayısında olarak yaptırılabilir.



ÜÇÜNCÜ BÖLÜM

VAGANOVA METODUNDA KLASİK BALE DERSİNDE İKİNCİ YIL BAR HAREKETLERİ

İkinci yılın temel amacı; demi-point ve point'te yapılan egzersizlerle, ayakların güçlendirilmesi ve dayanıklılığın artırılması, hareket sayısının ve setlerinin fazlaştırılması ile bacakların kuvvetlendirilmesinin sağlanması; egzersizlerin hızlı tempolarla yaptırılması sayesinde teknik anlamda daha fazla gelişimin sağlanmasıdır.

Épaulment kullanımına başlanmasıyla koordinasyonun geliştirilmesi hedeflenir. En face ve Épaulment yapılan hareketler birlikte kullanılmaya ve bar egzersizlerinde uygulanmaya başlanır.

İkinci yılın birinci dönemi, tüm yeni program gösterilir. İkinci dönemin başında ise koordinasyonu daha zor ve komplike hareketlerle yeni eklemeler yaptırılır.

Bar Egzersizleri

İkinci yıl bar egzersizleri, birinci yılın egzersizlerinin geliştirilmiş halidir. İlk yıl, tam ayakta kazanılan sağlamlık ikinci yıl hareketlerin demi-point'te yapılması ile bunun sonucunda bacakların kuvvetlendirilmesi amaçlanmaktadır.

Ayakların demi-point'te doğru yerleşimi öğretildikten sonra, yükselme maksimuma ulaştırılmaya çalışılır. Yüksek bir demi-point pozisyonu, gergin bir destek bacak ve yukarı çekilmiş bir beden ile dansçının yaptığı figürlere bir uyum ve hafiflik katmalıdır. Hazırlık egzersizi olarak, tek bacak üzerinde ve relevé ile demi-point'e çıkılır.¹

¹ BAZAROVA, MEY, a.g.e., s.77.

Farklılıklar:

- Birinci sınıfa nazaran daha hızlı tempolar kullanılmaya başlanır.
- Bar hareketlerinde, demi-point'e geçiş yapılabilir
- Kol ve bacak için hazırlık iki sayıya düşürebilir
- Rond de jambe par terr  ve rond de jambe en l'air hareketlerinde baş kullanılmaz. Diğer tüm hareketlerde baş, kol ve bacaklar koordine halinde kullanılır.
- Kol pozisyonlarında along  kullanımına başlanır ve aynı anda baş da kullanılır.

Demi-point egzersizi:

Başlangıç olarak beşinci pozisyon, sağı bacak önde; beden yukarı  ekili, iki el bar üzerindedir.

UYGULANMASI:

Müzik formu: 4/4

BİRİNCİ AŞAMA

İki sayılık hazırlık m ziğı ile sağı bacak yana açılır, parmak ucu yerdedir. Bacak bükülerek,  ne veya arkaya sur le cou de pied (devant/ derri re) pozisyonuna alınır.

Birinci  l  :

(1-2) Destek bacak gergin iken topuk, turn-out pozisyonu bozulmadan, aşamalı olarak olabildiğınce y kseğı itilir. Demi-point pozisyonuna y kselindiğınde, ağırlığın başparmakta olmasından kaçınılmalıdır

(3-4) Pozisyon tutulur

İkinci  l  :

(1-2) Destek bacağıın topuğı yavaşça yere indirilir

(3-4) Pozisyon tutulur

Hareket dört ila sekiz defa tekrar edilir. Sonrasında yavaş olan relev  ler, hızlı yaptırılarak da birlikte kombine edilebilir.

İki el bar üzerinde yapıldıktan sonra, tek el bar üzerinde yapılmaya başlanabilir. Daha sonra diğer egzersizlerle kombine edilir. Örneğin petit battement sur le cou de pied, demi-point'te yapılabilir.

3.1. Epaulment Egzersizleri

Küçük Ve B    k Pozlar

Küçük ve b    k pozlar yapılırken poza geçişte beden, bacaklar, kollar ve baş aynı anda koordinasyon içerisinde hareket etmelidir. Egzersiz sırasında da bu poz korunmalıdır.  paulment'da yapılan egzersizler sırasında, destek bacağın ayağının doğru pozisyonda tutulması çok önemlidir.



Fotoğraf 3.1: Battement Tendu Effac  e Devant Pozu

İkinci sınıfa geçişle beraber, croisée, effacée, ecartée (devant/derrière), ikinci arabesque pozları kullanılmaya başlanır. Bu pozlar kullanılırken bacaklar düz, demi-plié pozisyonunda veya tendu pozisyonunda olabilir. İkinci arabesque'te ayak tendu'de, en l'air'de ve plié'de öğretilir.

Ecartée devant ve effacée derrière pozlarda topuk, daha fazla köşeye çevrilir. Pozlara geçişte topuk en dehors hareket ederse az döndürülür.

Croisée devant pozda, bacakla aynı tarafta olan kol, üçüncü pozisyonda kullanılabilir. Bu sırada, baş avuç içine bakmalıdır.

Bar egzersizlerinde, pozlar önce effacée 'de öğretilir, daha sonra croisée pozlara geçilir.

Hazırlık müziği ile önce poz alınır, daha sonra hareket başlar. İkinci aşamada ise poza geçilirken harekete başlanır. Pozlarda omuzlar ve kalça karesi, poza göre konumlandırılır.

Poz değiştirme sırasında, bacaklar beraber hareket etmelidir. İkinci arabesk pozu sadece üç ve yedi numaralara doğru yapılır.



Fotoğraf 3.2: Battement Tendu Effacée Derrière Pozu

3.2. Battement Tendu

3.2.1. Demi pli  ile dördüncü pozisyona basış ve dördüncü pozisyondan diğ r bacağına geçiş

 ne tendu'den dördüncü pozisyona basarken, ayak geri çekilmeden parmak ucunun olduğı yere basılır ve pli 'ye inilir. Bu sırada ağırlık iki bacakta eşit dağılmalıdır. Pli  ile dördüncü pozisyondan geçişte ise, ağırlık destek bacadan çalışan bacağına transfer edilir.

3.2.2. Battement double tendu

Battement double tendu yapılırken, ağırlık transfer edilmez. Sadece  alışan bacağın topuğı bir an basar ve tekrar geri gelir.

- (ve) Tendu açılır
- (1) Topuk ikinci pozisyona basılır
- (ve) Tekrar tendu'ye alınır
- (2) Topuk tekrar ikinci pozisyona basılır

3.2.3. Battement tendu büyük ve küçük pozlarda

 rneğिन; yana battement tendu hareketinin devamında kol önce hazırlık pozisyonuna indirilir ve devamında birinci pozisyondan üçüncü pozisyona alınırken effac e devant pozisyona geçilebilir.

Effac e derri re pozda iken kol, üçüncü pozisyondan birinci pozisyona alınır ve ikinci pozisyona açılır bu sırada ecart e devant poza dönülür. Ayak tendu'de ve kol küçük pozdadır.

Ecart e büyük bir pozdan effac e bir poza geçerken, kol ikinciye açılır oradan hazırlık pozisyonuna ve birinci/üçüncü pozisyondan geçerek, kol effac e pozisyona gelir.

Crois e derri re poz yaparken, kol önde arabesk pozisyonundayken vücut, hafif  ne verilir ve baş, öndeki kolun üzerinden karşıya bakar.

3.3. Battement Tendu Jeté

3.3.1. Büyük ve küçük pozlarda

Battement tendu jeté hareketi, yine battement tendu hareketinde yapılan tüm büyük ve küçük pozlarda yaptırılabilir.

3.3.2. Balançoire (en face)

Prensip olarak passe par terre hareketinin aynısıdır. Passé par terre hareketinden farklı olarak ayak, tendu yerine jeté pozisyonuna gelir. Jeté pozisyonunun yüksekliği, destek bacağın ayak bileğinin hizasında olmalıdır.

Hareket sırasında ayak jeté'ye gelirken vücut öne ve arkaya hafif bir yatış yapar. Bacak öne jete yaptığıında, vücut (sağa ve sola yatmaksızın) hafif geriye, arkaya jeté'ye geldiğinde ise hafif öne verilir. Bu sırada kalça kontrolünün sağlanması önemlidir. Hareket yapılırken bacak kalçadan hareket etmemeli, kalça eklemi maksimum sabit tutulmalıdır.

Bu yatış sadece balançoire hareketinde kullanılır. Bu yatış olmaksızın yapılan harekete ise passe jeté denir.

Çalışma için öncelikle sadece öne ve arkaya passé par terre çalışması yaptırılabilir. Aynısı önden arkaya doğru da yaptırılabilir. Bunun için ayak arkaya tendu yapar ve öne jeté'ye geçilir. Aynı anda vücut ve baş da harekete dahil edilmelidir. Bu sırada özellikle arkaya yaparken kalça dışarı çıkarılmadan çalışılmalıdır.

Kol, hareket boyunca ikinci pozisyonda ve sıkı halde tutulmalıdır.

Baş, bacak öne geldiğinde yanda ve hafif arkaya eğik, bacak arkaya geldiğinde ise hafif öne eğik olmalıdır.

Müzikte temponun ağır olması, başlangıç için uygun olacaktır.

3.4. Rond De Jambe Par Terre 45 Derecede (En Dehors/En Dedans)

Rond de jambe yaparken bacağın yandan arkaya geçişi sırasında, vücut göğüs hizasından hafif öne verilir. Bu sırada destek bacağın tarafındaki omuz, kürek kemiğinden aşağı bastırılarak sabitlenmelidir.

UYGULANMASI:

Müzik formu: 4/4

BİRİNCİ AŞAMA

- (1) Ayak öne 45 dereceye açılır
- (2) Tutulur
- (3) Ayak yana alınır
- (4) Tutulur
- (5) Ayak arkaya rond yapar
- (6) Tutulur
- (7) Ayak tendu pozisyonuna indirilir
- (8) Pozisyona kapatılır

İKİNCİ AŞAMA

- (1) Ayak öne 45 dereceye açılır
- (2) Ayak yana alınır
- (3) Ayak arkaya alınır
- (4) Pozisyona kapatılır

3.5. Battement Fondu

İkinci yarıyıldaki battement fondu hareketi, hem relevé ile demi-point'e çıkılarak ve 45 dereceye açılarak yapılır. Battement fondu sırasında, iki bacağın eş zamanlı olarak hareketi tamamlaması önemlidir. Relevé ile demi point'e çıktığı sırada, destek bacağın topuğunun turn-out pozisyonunun korunması önemlidir. Destek bacağın topuğunun yükselişinden önce dizin gerilmesi ve sonrasında demi point'e çıkılması, kırık diz ile çıkılmaması gerekir. Aynı şekilde demi point'ten inilirken ise önce topuğun yere değmesi ve akabinde dizin kırılarak demi-plié'ye inilmesi ile hareket tamamlanır. Bu sırada topuk maksimum öne itilir ve destek bacağın turn-out pozisyonu korunur. Kalça karesi tüm hareket boyunca tutulur.

3.5.1. Küçük Pozlarda - Bütün Ayakta Ve 45 Derecede

Hareket 45 derecede, küçük pozlarda yapılabilir. Örneğin effacée devant fondu yapılırken kol hazırlık pozisyonundan birinci pozisyona geçer ve aynı hareket iki kez tekrarlanırken ikinci defa, tekrar kol alınmaz ve ikinci pozisyonda tutulur. Bu sırada baş (dışarıda) yandadır. Hareket yapılırken ilk aşamada önce poz alınır sonra battement fondu hareketi başlar. İkinci aşamada ise, battement fondu hareketi başladığı sırada pozisyona döndürülür.

3.5.2. Plié- relevé ile küçük pozlarda ve demi-point'te (en face)

Hareket sırasında plié-relevé yapılırken, plié'ye inildiği sırada bacağın 45 derece açıldığında düşmemesi için, hafif yukarı doğru ekstra bir taşıma hareketi yapılır. Aynı kurallar demi-point'te fondu için de geçerlidir.

- (1) Destek bacak plié pozisyonuna inerken çalışan bacak sur le cou de pied devant pozisyona gelir
- (2) Bacak öne-yana-arkaya fondu'ye açılır
- (3) Plié'ye inilir
- (4) Düz olunur

Sonrasında hareket relevé ile demi point'te de tekrar edilir.

3.5.3. Double fondu bütün ayakta ve demi point'te:

Double fondu'de, fondu'den farklı olarak kol kullanımında bir fark vardır. Kol, bacak açıldığı sırada, hazırlık pozisyonundan birinci pozisyona alınır ve sonra yana, yani ikinci pozisyona açılırken, hafifçe önden ve dairesel bir hareketle aşağı indirilerek yana alınır. Bu sırada baş eli takip etmektedir.

Başlangıç pozisyonu; sağ ayak önde beşinci pozisyon, sağ kol hazırlık pozisyonunda ve baş sağdadır.

(...-ve) Sağ kol bras bas pozisyonundan hafifçe yana açılır.

(1) Destek bacak demi- plié yaparken; çalışan bacak sur le cou de pied devant pozisyonuna alınır, sağ kol hazırlık pozisyonuna geri döner

(...-ve) Destek bacak, kademeli olarak düz edilir ve üçte bir demi-point pozisyonuna yükseltilir. Bu sırada çalışan bacak cou-de-pied pozisyonundadır. Sağ kol birinci pozisyona yükselirken, gözler ele bakmaktadır.

(2) Destek bacağın topuğu yere basarken ve oradan demi-plié'ye geçiş yapılır. Oradan çalışan bacak yana 45 dereceye açılır ve sağ kol ikinci pozisyona alınır. Bu sırada baş sağa çevrilidir.

Kombinasyon aynı sayılarla, sur le cou de pied derrière pozisyonundan geçerek tekrar edilir.

Battement double fondu yana açılarak yapıldıktan ve oturtulduktan sonra öne ve arkaya açılarak yaptırılmaya başlanır. Sonrasında demi rond de jambe(45 derecede) en dehors / en dedans ile birleştirilebilir. Her yöne doğru tekrar edilebilir.

3.5.4. Plié - relevé demi rond ile:

- (1) Ayak, plié ile sur le cou de pied devant pozisyona gelir
- (2) Relevé ile öne-yana-arkaya açılır
- (3) Tekrar plié'ye inilir (bacak 45 derecedir)
- (4) Yana demi rond yapılırken destek bacak tabandadır

3.6. Demi Rond De Jambe 45 Derecede (En Dehors / En Dedans)

45 derecede en dehors demi rond yaparken, önden yana, yandan arkaya geçişlerde bar tarafındaki omuz hafif geriye doğru itilmelidir. Bu sırada sırt, omuz ve kürek kemiklerinden aşağı doğru bastırılmalıdır. En dehors demi rond yapılırken bacağın derecesi hafif yükseltilir. Bu sayede ecartée'den geçişte bacağın düşmesi engellenmiş olur. Bu sırada destek bacağın turn-out'unun korunması ve maksimum yukarı çekilerek geçişin rahat yapılması sağlanır.

En dedans demi rond yapılırken ise arkadan yana geçerken yine ecarté derrière pozundan geçerek, destek bacağın maksimum yukarı çekilmesi ve bu sırada çalışan bacak tarafında kalçanın dışarı çıkartılmadan hemen çevrilerek içeri alınması sağlanmalıdır.

Tüm hareket demi point'te tekrarlanabilir. Rond sırasında yüksek bir demi point'e çıkılması ve vücudun maksimum yukarı çekilmesi gerekmektedir.

Baş kullanımı;

Bacak önde (devant) ise; baş yanda

Bacak yanda ise; baş düz (en face)

Bacak arkada (derrière) ise; baş yanda ve hafif öne eğiktir

Kol kullanımı;

En dehors'da önden demi rond'a başlanırken kol, birinci pozisyonda ve baş avuç içine bakmaktadır. Bacak yana alındığında kol da ikinci pozisyona geçer ve baş önde kalır.

En dedans'da ise; arkadan demi rond'a başlanırken kol, birinci pozisyondan yana alınırken hafif aşağıdan(hazırlık ve birinci pozisyonun arasından) ikinci pozisyona gelir. Bitirişte baş yine düz bakar.

(1-2) Bacak öndedir

(3-4) Demi rond ile bacak yana alınır

(1-2) Yanda beklenir

(3-4) Pozisyona kapanır ve tutulur

3.7. Demi Rond De Jambe Ve Grand Rond De Jambe 90 Derece (En Dehors/ En Dedans)

Demi Rond De Jambe

UYGULANMASI:

Müzik formu: 4/4

En dehors;

Sağ ayak önde beşinci pozisyonda başlanır.

(1) Kol hazırlık pozisyonundan birinci pozisyona alınır ve çalışan bacak sur le cou de pied (bileği saran) pozisyonundan geçerek dizin ortasına getirilir.

(2) alışan bacak , ne 90 dereceye açılır. Kol ve başın pozisyonu değişmez.

(3-4) alışan bacak, kademeli olarak yana taşınır ve kol ikinci pozisyona alınır

(1-2) Pozisyon tutulur

(3) Bacak aşağı indirilir ve beşinci pozisyona kapatılır. Aynı anda kol da hazırlık pozisyonuna iner.

(4) Pozisyon tutulur.

Hareket, aynı sayılarla, bu kez yandan başlayarak arkaya demi rond yapar ve pozisyona kapatılır. Bu sırada aynı kurallar uygulanır.

En dedans;

Bu defa, ayak arkada beşinci pozisyonda başlar. İlk olarak cou de pied derrieré pozisyonundan geçiş ile harekete başlanır. Aynı sayılar ve kurallar uygulanarak bacak yana alınır. Sonrasında aynı şekilde yandan, bu defa öne doğru bir demi rond yapılarak hareket beşinci pozisyonda sonlandırılır.

Önemli bir nokta ise, bacak öne développé'den yana rond yaparken hafifçe yukarı doğru taşınmalıdır. Bacağın önden arkaya veya arkadan öne geçişi sırasında destek bacak sabit kalmalı, öne veya arkaya esnetilmemelidir. Çalışan bacak önden yana geçerken écarté devant pozundan, yandan arkaya geçerken ise écarté derrière pozundan geçmelidir. Bu sırada vücut dik tutulmaya çalışılır.

En dedans rond yapılırken, vücut göğüsten biraz öne verilir ve kol birinci pozisyondan ikinci pozisyona açılırken hafifçe aşağıdan getirilir. Bu sırada vücut düzdür.

Başlangıçta rond yapılırken, önden-yana / yandan-öne / arkadan-yana / yandan-arkaya gösterilmelidir.

Sonrasında ise; önden-yana / yandan-arkaya / arkadan-yana / yandan öne yaptırılır.

Kol kullanımı:

Birinci sayıda bacak Retiré pozisyonundan développé'ye açılırken kol, birinci pozisyondan bacakla beraber eş zamanlı olarak yana açılır. Baş ise birinci pozisyonda avuç içine, ikinci pozisyonda ise yana bakmaktadır.

Grand Rond De Jambe (En Dehors / En Dedans)

(1) Kol hazırlık pozisyonundan birinci pozisyona alınır ve çalışan bacak sur le cou de pied (bileği saran) pozisyonundan geçerek dizin ortasına getirilir.

(2) Çalışan bacak ,öne 90 dereceye açılır. Kol ve başın pozisyonu değişmez.

(3-4) Çalışan bacak, kademeli olarak yana taşınır ve kol ikinci pozisyona alınır

(1-2) Çalışan bacak, kademeli olarak arkaya taşınır

(3-4) Beşinci pozisyona kapatılır

En dehors rond yapılırken, üst beden hafif öne verilir (öne düşmez) ve arabesque pozisyonuna geçilir. Bar tarafındaki el de hafif öne kaydırılır.² Hareket aynı sayılarla bu defa en dedans rond olacak şekilde yaptırılır. Geçişlerde durmaksızın hareket devam ettirilir.

²Eliza Gaynor MINDEN, The Ballet Companion, Fireside, Newyork, s.144.

3.8. Plié Relevé 45 Derecede (Demi Rond De Jambe İle)

Plié relevé genelde fondu hareketi ile kombine edilse de, bazen diğer egzersizlerle de kullanılabilir. Çalışan bacak herhangi bir yönde 45 derecede iken, demi-plié'ye inilmesi (kaslar gevşetilmeksizin) ve tekrar demi-point'e çıkılması şeklinde yapılır.

Plié relevé aynı yöne tekrarlanabilir veya rond ile yön değişimi sağlanabilir. Her yöne başarı ile yapıldıktan sonra daha komplike olan, demi rond de jambe hareketi ile yapılabilir.

Demi rond de jambe ile; çalışan bacak 45 derecede iken, destek bacak demi plié'ye iner ve oradan tekrar demi-point'e çıkılırken aynı anda, çalışan bacak, turn-out bir şekilde yana taşınır. Hareket tüm yönlere en dehors ve en dedans tekrarlanır.

3.9. Battement Soutenu (Bütün Yönlerde)

Harekete yine beşinci pozisyonda ve yana başlanır.

Hareket önce tendu, sonra 45 derecede yapılır. Ayak cou de pied pozisyonundan geçiş yaparken, kol, birinci pozisyona alınır. Daha sonra destek bacak plié'ye inerken kol, ikinci pozisyona açılır. Ayak tendu pozisyonunda gevşetilmez. Bu sırada vücut aksi yönde maksimum yukarı çekilmelidir. İki bacak beraber düz olurken sıkı beşinci pozisyona kapatılır.

UYGULANMASI:

Müzik formu: 4/4

Hareketin hazırlığı;

Sağ ayak önde beşinci pozisyon

Kol; iki sayıda, demi second pozisyonuna açılarak tekrar hazırlık pozisyonuna gelir

(1) Sur le cou de pied devant yapılır

(2) Öne tendu ya da 45 dereceye açılır (destek bacak plié'dedir)

(3) Destek bacak gerilmeye başlar ve tendu'de olan ayak da beşinci pozisyona çekilmeye başlanır

(4) İki bacak aynı anda düz edilir ve beşinci pozisyona kapatılır

Sonrasında yine iki bacak yerde kalmayacak şekilde hareket birinci sayıyla istenilen yöne tekrar edilerek devam ettirilir.

3.10. Battement Frappé Demi Point'te (Tüm Yönlere)

İlk öğretilişte önce bütün ayakta başlanır daha sonra hareket demi point'te de yaptırılır. Hareket aksanı bakımından büyük önem taşır. Ayak sur le cou de pied devant (bileği saran) ve derrière pozisyonuna gelirken, maksimum sıkı olmalı ve gevşetilmemelidir. Demi point'te ise, destek bacak oynatılmadan hareket yapılmalıdır.

Demi Point'te Frappé Hazırlığı;

UYGULANMASI:

Müzik formu:2/4

BİRİNCİ AŞAMA

- (1) Kol birinci pozisyona gelir
(...-ve) Kol ikinci pozisyona gelirken bacak yana tendu açılır
- (2) Demi-point'e çıkılır ve bacak 45 dereceye kaldırılır

İKİNCİ AŞAMA

- (1) Ayak beşinci pozisyon demi-point'e çıkarken kol da birinci pozisyona gelir
(...-ve) Ayak yana tendu açılır aynı anda kol ikinci pozisyona gelir
- (2) Beklenir

Örneğin; önce üç frappé bütün ayakta istenilen yöne 45 dereceye açılır. Sonrasında üç frappé'den sonra relevé ile demi-point'e çıkılır. Yine aynı şekilde bu defa hareket demi-point'te kalarak yapılır ve dördüncü sayıda tekrar topuk yere basılır. Bir sonraki aşamada; yedi tane tabanda frappé sekizinci relevé ile demi-point'e çıkılır ve yedi tane de demi point'te frappé yapılır.

Devamında ise hareketin tümü demi-point'te olacak şekilde kombine edilebilir. Hareketin hazırlığı da aynı şekilde demi-point'te yapılır.

3.11. Battement Double Frappé (Demi Point)

Battement double frappé, birinci yılda geçerli olan kurallar aynı kalacak şekilde şekilde ikinci yılda bu defa demi point'te yapılır. Hareketin başlangıcında, çalışan bacağın ayağı, sur le cou de pied'ye çekildiği sırada destek bacak da demi-point'e yükselir. Ayağın vuruşları sırasında, demi-point pozisyonu tutulur. Hareketin bitişinde, çalışan bacağın topuğu yere basar ve ayak istenilen yöne açılır. İsteğe göre yere veya 45 dereceye açılabilir. Sonrasında tüm kombinasyon demi-point'te yaptırılır.

Hareketin başlangıcında, ayak kolun hazırlığı ile aynı anda yana açılır ve çalışan bacağın sur le cou de pied (bileği saran) pozisyonuna demi point'e yükselişi ile başlar. Ayağın vuruşları sırasında, demi-point tutulur. Hareketin bitışı ile destek bacağın topuğu yere iner, çalışan bacak istenilen yöne açılır ve ayak 45 dereceye açılabilir. Egzersiz, aynı şekilde tüm yönlerde tekrar edilir.

3.12. Petit Battement Sur Le Cou Pied (Demi Point)

Önce bütün ayakta daha sonra demi point'te yapılır. Petit battement her zaman sur le cou de pied pozisyonu başlar.

UYGULANMASI:

Müzik formu: 2/4

Hazırlık;

(1) Kol birinci pozisyona gelir

(ve) Ayak yana açılırken kol ikinci pozisyona gelir

(2) Çalışan bacak, öne sur le cou de pied pozisyonuna gelirken, destek bacak demi-point'e yükselir (kol ikinci pozisyonda kalır).

Hareket en dehors ve en dedans olarak birinci sınıfta öğretilen aşamalarla demi point'te yapılır.

Hareketin bitişinde demi point'ten inerken;

a-Sur le cou de pied'de olan ayak relevé'den inerken yana tendu'ye açılır ve pozisyona kapatılır

b- Ayak relevé'de iken yana açılır ve pozisyona kapatılır

3.13. Flic Devant / Derrière (Tam Ayakta Ve Demi Point)

Hareket sırasında ayak, yandan beşinci pozisyona gelirken, parmak ucundan geçerek sur le cou de pied devant / derrière pozisyonuna çekilir. Bu sırada ayak yere değmez. Hareket sırasında diz, hafif ve serbest bir pozisyonda olmalıdır. Hareket ayak tabanının elastikiyetini artırır.

Flic hareketi, fondu ve frappé ile birleştirilebilir.

Örneğin pozlarla birleştirilebilir;

(1-2) Ayak sur le cou de pied derrière pozisyonuna gelir (flic).

(3-4) Effacée derrière pozisyonuna dönülerek açılır (demi-point'e açılır).

Veya bunu tersine flic yapılırken demi-point ayak açılırken demi-point'ten inilebilir.

BİRİNCİ AŞAMA (Tam Ayakta)

(1) Ayak öne veya arkaya tam ayakta flic yapılır

(2) Sur le cou de pied devant pozisyonunda tutulur

(3-4) Ayak yana açılmaya başlar ve açıldığı sırada topuk yere basarken veya demi point'e çıkılırken yana açılır

Bütün ayakta sayılar yarıya düşer

(1) Ayak öne veya arkaya tam ayakta flic yapılır

(2) Yana açılır

İKİNCİ AŞAMA

(1) Ayak öne veya arkaya flic yaparken demi point'e çıkılır ve aynı anda flic yapılır

(2) Ayak flic pozisyonunda tutulur

(3) Ayak yana açılırken topuk basılır veya demi point'e çıkılır

(4) Beklenir

Hareketin devamında flic yapılırken tekrar tam ayaktan demi point'e çıkılır.

ÜÇÜNCÜ AŞAMA

(1) Ayak öne veya arkaya flic yaparken demi point'e çıkılır ve aynı anda flic yapılır

(ve) Ayak yana açılır

(2) Ayak yana açılırken topuk basılırken demi point'e çıkılır

(ve) Yana açılır

Hareketin devamında flic yapılırken tekrar demi point'e çıkılır.

Demi point'e açılmış ise flic ile beraber topuk tekrar yere basarak demi point'e çıkılır.

3.14. Pas Tombé (Yerinde Ve Diğer Bacak Sur Le Cou De Pied)

Hareket beşinci pozisyonda öğretilir. İlk öğretilişte, sağ veya sol bacak sur le cou de pied devant pozisyonundan, ayak beşinci pozisyona gelir ve plié ile ön bacağın üzerine inilir. Bu sırada arkadaki ayak sur le cou de pied derrière pozisyonuna alınır. Hareket sırasında kol, örneğin sağ ayak önde beşinci pozisyona gelirken, ikinci pozisyondan, hazırlık pozisyonuna iner ve oradan ayak tombé yaptığı sırada eş zamanlı olarak birinci pozisyona gelir.

Çalışan bacak yandan öne tombé yaptığı sırada, ikinci pozisyondaki kol, hazırlık pozisyonundan birinci pozisyona çıkarken eş zamanlı olarak ayak da, tombé hareketi yapar. Ayak sur le cou de pied derrière pozisyonundayken vücut , kürek kemiklerinden hafif geriye verilir ve bu sırada baş, yandadır.

Ayak arkada tombé yapıldığında ise iç taraftaki (bar tarafı) bacak öne cou de pied'ye alınır. Kol da vücutla eş zamanlı olarak öne ve arkaya ufak dalgalanma hareketi yapar. Bu hareket alonge'den, arrondi pozisyonuna geçişle olmalıdır.

3.15. Pas Coupé (Bütün Ayakta Ve Demi Point'te)

Pas coupé, hareketlerin başlangıcında, hazırlık olarak kullanılan bir harekettir. Kimi zaman hareketleri bağlamak amacıyla da kullanılır. Örneğin; sağ ayak önde beşinci pozisyonda plié yapılırken arkadaki ayak sur le cou de pied derrière pozisyonuna getirilir. Ayak buradan beşinci pozisyona basarken öndeki bacak beşinci pozisyondan sur le cou de pied pozisyonundan geçerek veya düz bir şekilde yana-öne-arkaya açılır.

3.16. Rond De Jambe En L'air (Demi Point)

Hareket birinci yılda yapıldığı şekilde aynı kurallar çerçevesinde ikinci yılda da aynı sayılarla demi-point'te yaptırılabilir. Sonrasında tüm egzersiz boyunca demi-point'te kalınarak yapılır. Hareketin hazırlığı da , tam tabandan, demi-point'e geçer.

UYGULANMASI:

Müzik formu:4/4

BİRİNCİ AŞAMA

(1) Kol birinci pozisyona gelir.

(...-ve) Çalışan bacak yana açılırken kol, ikinci pozisyona getirilir.

(2) Çalışan 45 dereceye yükselirken, destek bacak demi-point'e çıkar.

İKİNCİ AŞAMA

(1) Kol birinci pozisyona alınır

(2) Çalışan bacak yana açılır ve 45 dereceye kaldırılır bu sırada destek bacak demi-point'e çıkar. Aynı anda kol ikinci pozisyona alınır.

Hareketin bitişinde; çalışan bacak topuğu, son iki ölçünün birincisinde yere basar ve parmak ucu yere indirilir. Son ölçüde ise çalışan bacak beşinci pozisyona kapatılır ve ardından kol, hazırlık pozisyonuna indirilir.

3.17. Petit Temps Relevé 45 Derecede (En Dehors/En Dedans)

Temps relevé hareketi, ikinci senede, rond de jambe en l'air hareketinin hazırlığı olarak kullanılmaya başlanır.

Öncelikle tam tabanda daha sonra demi-point'te çalışılır. Demi point'e çıkış zamanı ise ayağın yana açılmasıyla eş zamanlı olmalıdır.

UYGULANMASI:

Müzik formu:4/4

BİRİNCİ AŞAMA

En dehors

(1) Çalışan bacağın ayağı sur le cou de pied devant pozisyonuna çekilirken, ayak effacée devant pozundan geçerek (derin bir plié ile) yana açılmaya başlar

(2) Yana açılır

(3-4) Tutulur

Kol kullanımı:

Çalışan bacağın ayağı, sur le cou de pied devant pozisyonundayken kol, birinci pozisyonda, baş ise avuç içine bakmaktadır. Ayak yana açılırken baş ve kol da eş zamanlı olarak yana açılır (kol ikinci pozisyonudadır)

İKİNCİ AŞAMA

(1) Çalışan bacağın ayağı sur le cou de pied devant pozisyonuna çekilirken, destek bacak plié'ye iner

(...-ve) Ayak effacée devant pozundan geçerek (derin bir plié ile) yana açılmaya başlar

(2) Ayak effacée devant pozundan geçer ve yana açılır (düz-demi point)

BİRİNCİ AŞAMA

En dedans

(1) Çalışan bacağın ayağı sur le cou de pied derrière pozisyonuna çekilirken, ayak effacée derrière pozundan geçerek (derin bir plié ile) yana açılmaya başlar

(2) Yana açılır

(3-4) Tutulur

İKİNCİ AŞAMA

(1) Çalışan bacağın ayağı sur le cou de pied derrière pozisyonuna çekilirken, destek bacak pli  ye iner

(...-ve) Ayak effac  e derri  re pozundan geçerek (derin bir pli   ile) yana açılmaya başlar

(2) Ayak effac  e devant pozundan geçer ve yana açılır (düz-demi point)

Kol kullanımı:

  alışan bacağın ayağı, sur le cou de pied derri  re pozisyonundan yana açılırken ,kol da hafif aşağıdan hareketle eş zamanlı olarak yana açılır (kol ikinci pozisyonudur)

Temps relev   ve rond de jambe en l'air hareketleri aynı kombinasyon içinde verildiğı zaman, hareketin en dehors'u yapıldıktan sonra pozisyona kapatılır ve diğ  er tarafa dönülür. Diğ  er taraf bitirildikten sonra hareketin en dedans versiyonu yapılır.

3.18. Battement Développé (90 Derecede)

3.18.1 Pozlarda

Hareket çeşitli pozlarda yapılabilir. Ama öncelikle pozların ortada öğretilip kavratılması gerekir. Bu pozlar, croisé, effacée, ecarté, attitude (effacée ve croisé) ve ikinci arabesque pozlardır.

Diğerlerinden farklı olarak attitude derrière poz öncelikle yüz bara dönük olarak iki el bar üzerindeyken öğretilir.

Örneğin;

(1-2) Attitude derrière açılır

(3-4) Tutulur

(1-2) Attitude pozisyonundaki bacak uzatılarak açılır

(3-4) beşinci pozisyona kapatılır

3.18.2. Passé İle Pozdan Poza Geçiş

Passé bir poz veya pozisyon değildir. Bu hareket, çalışan bacağın bir pozdan diğer yöne ya da bir pozdan diğer poza geçerken, destek bacadan geçişi sırasında kullanılır.³ Développé hareketi içerisinde de bu bağlantıları yapmak amacıyla kullanılır.

Hareket sırasında pozdan poza geçişlerde Retiré passé ile geçiş yapılır. Bu sırada kol da değiştirilebilir.

Örneğin; effacée derrière attitude pozdan, ecarté devant pozda développé'ye geçilirken kol ikinci pozisyona açılır ve baş kolu takip eder.

Yine effacée derrière bir pozdan passé ile effacée devant bir poza geçilebilir.(yön değiştirme ile pozlar passé ile birbirine bağlanır)

³ John WHITE, **Teaching Classical Ballet**, Universty Press of Florida, Gainesville,FL, s.173.

Battement relevé lent veya battement développé hareketi yapılırken , 90 derecede tutulan çalışan bacak, beşinci pozisyona kapatılmaksızın, passé ile istenilen yöne geçiş yapabilir.

Passé yapılırken, çalışan bacak turn-out kullanılarak dizden bükülür ve destek bacağın diz seviyesine çekilir. Bu sırada çalışan bacağın parmak ucu, destek bacağa çok yaklaşır ama tam olarak değdirilmez. Bacak passé'ye çekilirken beden iyice yukarı uzatılır ve hangi yöne açılırsa açılsın daima dizin yanından geçer. (bu, geçişin durmaksızın yapılması açısından önemlidir).

3.19. Grand Battement Jeté (Büyük Pozlarda)

İkinci senede grand battement jeté hareketi büyük pozlarda öğreilmeye ve yapılmaya başlanır. Büyük pozlara geçmeden önce öğretiliş sıralı olmalıdır. Büyük pozda grand battement jeté yapılırken, hareketin başında istenilen poza dönülür ve hazırlık alınır. İkinci aşamada ise harekete başlarken eş zamanlı olarak poza dönülür.

İkinci arabesque'te grand battement jete yapılıyorsa, ecarté 'ye geçişte kol da büyük poza geçer. Ecarté'de büyük poz yapılıyorsa ve buradan kol yana açılacak ve başka bir poza geçilecekse kol birinci pozisyondan geçmelidir.

3.20. Relevé

3.20.1. Dördüncü Pozisyondan

Dördüncü pozisyonda relevé öğretilirken öncelikle sağ önde gösterilir. İlk öğretiliş iki el barda olabilir. Sonrasında tek ele geçilir. Dördüncü pozisyonda relevé sırasında, arkadaki bacağın topuğunun maksimum turn-out tutulmasında dikkat edilmelidir. Relevé'ye çıkıldığında vücudun ağırlık merkezi iki bacak üzerinde olmalıdır. Ağırlık, ön veya arka bacak üzerine transfer edilmez.

3.20.2. Çalışan Bacak Sur Le Cou De Pied Pozisyonunda

Hareket öncelikle iki el bar üzerindeyken gösterilir. Sur le cou-de-pied ön veya arka kullanılabilir. Hareket petit battement veya frappé ile birleştirilebilir.

3.20.3. Çalışan Bacak 45 Derecede

Hareket sırasında çalışan bacak, 45 derecede relevé'ye çıkarken hafif bir şekilde yukarıya ittirilir. Böylece bacağın 45 derecelik açısının korunması sağlanır. Relevé'den inişte ise yine destek bacağın topuğu bastığı sırada, çalışan bacağın açısının korunmasına dikkat edilmelidir.

3.21. Birinci Ve Üçüncü Poz Port De Bras (Ayak Tendü Pozisyonunda)

Birinci ve üçüncü poz port de bras yapılırken ayak, önde veya arkada tendü ile yaptırılır. Birinci poz port de bras öne veya arkaya tendü ile beraber yaptırılabilir. Üçüncü poz port de bras yapılırken, arka tendü'de olan bacağa ağırlık verilmemelidir. Bu sırada ağırlık merkezi destek bacak üzerindedir. Vücut geriye doğru verilirken tendü'de olan bacak destek bacağa doğru hafifçe çekilebilir. Üçüncü poz port de bras sırasında bacak önde ve öne eğilirken plié kullanılıyorsa, tendü'de olan çalışan hafif ileri kaydırılabilir. Port de bras yapılırken vücut, baş ve kol eş zamanlı olarak hareket etmelidir.

3.22. Detourné

UYGULANMASI:

Müzik formu: 4/4

Bar tarafından dönüş;

Başlangıç beşinci pozisyonda sağ ayak öndedir. Sol el bar üzerinde, sağ kol ikinci pozisyona açılmış ve baş sağa çevrilidir.

(1) Beşinci pozisyonda demi-plié yapılır.

(...-ve) Ayaklar demi point'e çıkarken, iki kol aynı anda hazırlık pozisyonundan, birinci pozisyona yükseltilir ve baş en face tutulur.

(2) Bar tarafından ,360 derecelik bir dönüş yapılır: bacaklar gerili, topuklar turn-out olarak, dönüş tamamlandığında bu defa sol bacak önde kalmalıdır. Dönüş sırasında kollar, birinci pozisyona yükseltilir. Dönüş başlarken baş sağdadır. Dönüş bittiğinde ise baş olabildiğince çabuk şekilde en face pozisyonu bulmalıdır.

(3) Sol el bar üzerinde, sağ kol ikinci pozisyonda ve baş sağdadır.

(4) Harekete devam için müzikten önceki "ve" (upbeat) sayısında plié yapılır ve harekete devam edilir.

Bar dışından dönüş;

Başlangıç beşinci pozisyonda sağ ayak arkadadır. Sol el bar üzerinde, sağ kol ikinci pozisyona açılmış ve baş sağa çevrilidir.

(1) Beşinci pozisyonda demi-plié yapılır.

(...-ve) Ayaklar demi point'e çıkarken, iki kol aynı anda hazırlık pozisyonundan, birinci pozisyona yükseltilir ve baş en face tutulur.

(2) Bar dışından, 360 derecelik bir dönüş yapılır: bacaklar gerili, topuklar turn-out olarak, dönüş tamamlandığında bu defa sağ bacak önde kalmalıdır. Dönüş sırasında kollar, birinci pozisyona yükseltilir. Dönüş başlarken baş soldadır. Dönüş bittiğinde ise baş olabildiğince çabuk şekilde en face pozisyonu bulmalıdır.

(3) Sol el bar üzerinde, sağ kol ikinci pozisyonda ve baş sağdadır.

(4) Harekete devam için müzikten önceki "ve" (upbeat) sayısında plié yapılır ve harekete devam edilir.

İkinci aşamada, harekete (ve) sayısı ile auftakt başlanır.

Detourné sırasında, beden ve bacaklar mutlaka aynı zamana denk gelecek şekilde; baş ve kollarında beraber koordinasyon halinde çalışmalıdır. Hareket daha sonra barda istenilen herhangi bir harekete eklenebilir. Egzersizlerin ortasında veya sonunda yaptırılabilir.

3.23. Fouetté (En Dehors /En Dedans)

Fouetté, tendu ile plié'siz veya plié ile yaptırılabilir.

En dehors foité sırasında ise dönüşte duraksama yapılmaksızın bir devamlılık ve akıcılık olmalıdır. Barın dışından yapılan bu dönüş sırasında, bacak arka tendu'dedir. Kol ise mümkün olduğunca çabuk ikinci pozisyona yuvarlanmalıdır. Hareketin sonunda baş yandadır.

Bacak önde tendu'de iken, (en dedans) foité sırasında, destek topuk aktif olarak öne ittirilerek hareketin tamamlanmasına yardım edilir. Öncelikle bar tarafından yaptırılır. Bu yarım dönüş sonrasında bacak arkada tendu pozisyonunda kalır. Dönüş sırasında bar tarafındaki kol önceden bırakılır ve hemen ikinci pozisyona alınır.

Dönüş bittikten sonra ise tek el bara tekrar konur. Baş önce yanda, vücut bara döndüğünde düz ve hareket bittiğinde tekrar yandadır.

Battement tendu ve rond de jambe par terre hareketi ile birleştirilebilir.

3.24. Soutenu En Tournant (En Dehors / En Dedans)

Hareket ilk yarıyıl yarım tur ile ve tendu'de, ikinci yarıyıl tam tur ve 45 derecede yapılabilir.

Ayak sur le cou de pied devant pozisyonunda plié ile yana açılır ve buradan arkaya beşinci pozisyona kapanırken barın dışından yarım tur bir dönüş yapılır. Bu sırada kollar, ayak sur le cou de pied pozisyonundayken birinci pozisyona, ayak yana açıldığında ise ikinci pozisyona alınır. Dönüş sırasında bar tarafındaki kol, yuvarlanarak ikinci pozisyona geçer.

En dedans'da ise, ayak sur le cou de pied derrière pozisyonundan yana açılırken (kol birinciden ikinciye açılır) bu defa bar ayak beşinci pozisyona toplanır ve bar tarafında bir yarım tur dönüş yapılır. Yanda ki kol tekrar birinci pozisyona alınırken hafifçe aşağıdan getirilir.

En dehors soutenu'da hareket tamamlandığında, kollar ikinci pozisyondayken, en dedans da ise birinci pozisyondaydır

Ayak, sur le cou de pied devant pozisyonundan beşinci pozisyona kapatılırken düz bir çizgiden çekilmelidir ve dönüşten önce rond ile getirilmemelidir.

Dönüş destek bacak tarafından yapılırsa buna en dehors, çalışan bacak tarafından yapılırsa en dedans denir.

Daha sonra bacak devant ya da derrière tendu pozisyonuna açılarak da yapılabilir.

Tam tur:

Hareketin tam turu yapılırken, ayak beşinci pozisyona çekildiği sırada dönüş başlamalıdır. Tam turda, yarım turun aksine ayak değişimi yapılmaz. Tur tamamlandığında aynı ayak önde kalmalıdır. Dönüş sırasında kollar, birinci

pozisyona kuvvetli bir şekilde toplanmalıdır. Bu dönüşe ivme kazandırmak için önemlidir. Bu sırada bar tarafındaki omuz kaldırılmamalı ve bastırılmalıdır.

Ayak öne tendu'ye açılarak yapılan dönüş en dedans, ayak yana açılarak yapılan dönüş en dehors, ayak arkaya açılarak yapılan dönüş ise yine en dehors bir tam tur olarak adlandırılır.



DÖRDÜNCÜ BÖLÜM

VAGANOVA METODUNDA KLASİK BALE DERSİNDE ÜÇÜNCÜ YIL BAR HAREKETLERİ

Üçüncü sene, birinci ve ikinci sene boyunca kurulan ve geliştirilen dans temelinin, pekiştirilip sağlamlaştırıldığı bir senedir. Üçüncü senede güç ve dayanıklılığı geliştirici egzersizler kullanılır. Yine vücudun sağlamlaştırılması açısından, hareketlerde demi-point kullanımı fazladır.

Bununla birlikte, hareketlerde öğrencinin sanatçılık yönünün geliştirilmesi amaçlanır. Fakat bunu yaparken, aşırı komplike egzersizlerle öğrencinin kapasitesinin üzerine çıkılmaması gerekir.

Müzikte ise ritmik kurulum çeşitlendirilir ve tempolar hızlandırılabilir.

Bar egzersizleri, ikinci senenin geliştirilmiş halidir. Destek bacak üzerinde dengede kalma denemeleri yapılmaya başlanır. Bazı egzersizlerde, demi-point üzerinde eller bar üzerinden çekilerek vücut dengesinin geliştirilmesi hedeflenir. Bu sırada çalışan bacak, sur le cou de pied devant ya da derrière veya herhangi bir yöne 45 yada 90 derecede tutularak yapılabilir.

Battement frappé, battement double frappé ve battement soutenu (90 derece) hareketleri ile beraber, Épaulment croisé ve effacée kullanılmaya başlanır.

Senenin ikinci yarısında, battement fondu plié relevé ile ve demi rond de jambe en dehors/ en dedans hareketleri, tüm yönlere ve pozlarda yapılır. Daha zor olan écartée pozu grand battement jeté, battement relevé lent ile développé hareketlerinde kullanılmaya başlanır.

Tüm dönüşler, beden, bacaklar, kollar ve başın koordine şekilde hareket edeceği egzersizlerle öğretilir.

Egzersizler épaulment'da yapılmaya başlanırken, destek ayağın pozisyonunun doğru konumlandırılması çok önemlidir. Battement relevé lent (90) ve battement

développé egzersizleri, demi-point'e yükselerek yapılmaya başlanır. Bu egzersizler önce en face sonra pozlara dönülerek yaptırılır.

Yine ikinci yarıyıl da, demi rond de jambe en l'air 90 derecede en dehors/ en dedans egzersizi, demi-point'e çıkılarak yaptırılır.

4.1. Grand Plié (Port De Bras İle)

Üçüncü senede grand plié hareketi, yine müzik formu 4/4'lük olacak şekilde, birinci poz port de bras ile birleştirilerek yapılır. Hareket sırasında kol, sırasıyla birinci pozisyon dan, üçüncü pozisyona ve oradan ikinci pozisyona veya tersi olarak, ikinci pozisyon dan üçüncü pozisyona ve oradan tekrar birinci pozisyona alınarak kullanılır. Bu sırada kol ve bacaklar koordineli bir şekilde hareket etmelidir.



Fotoğraf 4.1: Grand Plié (Port De Bras İle)

4.2. Battement Tendu Pour Batterie

Ayağın yana tendu'den başlayarak yerden çok hafif havalandığı (flex pozisyonunda), öne beşinci pozisyona kapandığı ve tekrar hafif açılarak birinci pozisyon hizasında geriye beşinci pozisyonda arkaya alındığı bir egzersizdir. Ayağın beşinci pozisyonlara (cross) geçişi sırasında ayakların birbirine geçişinden çok, bacakların iç adalelerinin birbirine doğru geçişinden söz edebiliriz. Bu sayede hem iç bacak adaleleri kuvvetlenir hem de temiz pozisyonlardan geçiş sağlanmış olur.

UYGULANMASI:

Müzik formu: 4/4

Hareketin hazırlığı; sağ ayak önde beşinci pozisyonudadır.

(1) Kol birinci pozisyona alınır

(2) Ayak yana tendu'ye gelirken, kol ikinci pozisyona açılır.

Hareket;

(1) Ayak öne beşinci pozisyona geçirilir (flex)

(...-ve) Ayak arkaya beşinci pozisyona geçirilir (flex)

(2) Ayak yana tendu'ye açılır ve tutulur.

Aynı sayılar arkaya beşinci pozisyondan başlayarak tekrar edilir. Sonrasında hareket üst üste durmadan tekrar edilir. Hareket sırasında üst üste yapılıyorsa kol ikinci pozisyonda tutulur.

4.3. Rond De Jambe 45 Derece (En Dehors- En Dedans)

Hareketin yapılışı üçüncü sınıfta ek olarak hareket, demi point'te ve demi-plié'de yapılır.

Demi point'e çıkışta ayak, birinci pozisyondan geçerken relevé ile demi point'e çıkılır. Relevé'ye çıkışta destek bacağın topuğu, turn-out pozisyonda kalmalıdır. Tüm vücut yukarı çekilir ve destek bacağın kalçasına oturulmaz.

Hareket demi plié'de yapılırken bu defa birinci pozisyondan geçerken plié'ye inilir ve hareket tamamlanmasına kadar plié pozisyonu korunur.

Baş kullanımı ise; ayak önde iken baş yanda, ayak yanda iken baş önde, ayak arkada iken baş yine yandadır.

Hareket boyunca kol öncelikle sadece ikinci pozisyonda tutulurken sonrasında kol kullanıma başlanır. Bacak öne açıldığı sırada kol birinci pozisyondadır. Yana rond yapılırken kol, ikinci pozisyona alınır ve arkaya rond yapılırken kol, ikinci pozisyonda tutulmaya devam edilir. Hareket aynı şekilde en dedans yapılırken , kol kullanımı tekrar edilir.

Hareket boyunca baş kullanımında nüanslar vardır. Kol, birinci pozisyonda ise gözler, avuç içine bakmalıdır. Sonrasında kol ve bacak eş zamanlı olarak yana gelirken baş, yana alınır. Bacak arkaya alındığı sırada yanda tutulmaya devam edilir.

4.4. Battement Soutenu (Demi Point'te Ve 90 Derecede)

UYGULANMASI:

Müzik formu: 4/4

Başlangıç sağ ayak önde beşinci pozisyonudadır.

Giriş müziğinin hazırlığı olarak eksik ölçü, her biri sekizlik değerde olan üç bölüme ayrılır. İlk sekizlikte sağ kol hafif yana açılır. İkinci sekizlikte hazırlık pozisyonuna alınır ve aynı anda bacaklar demi-point'e yükselir. Üçüncü sekizlikte pozisyon tutulur.

(1) Çalışan bacak, sur le cou de pied devant pozisyonundan geçerek dizin ortasına kadar çekilir. Bu sırada kol birinci pozisyona gelir ve beden iyice yukarı çekilir.

(2) Çalışan bacak, turn-out çevrilerek 90 dereceye ve öne açılır (battement développé'de uygulanan kurallar ile). Eş zamanlı olarak, destek bacak önce topuk yere değecek şekilde demi-plié'ye iner; kol ikinci pozisyona açılır ve baş sağdadır.

(...-ve) Destek bacak demi-plié yapmaya devam ederken, çalışan bacak hala havada tutulmaya devam eder

(3) Çalışan bacak yere indirilir ve beşinci pozisyonuna kapatılır. Ve aynı anda destek bacak dizi de kademeli olarak düz edilir.

(4) İki bacak eş zamanlı olarak çekilerek, demi-point pozisyonuna çıkılır ve kol hazırlık pozisyonuna indirilir ve hemen Retiré çekilmeye başlanır.

Harekete tüm yönlere tekrar edilir. Battement soutenu arka arkaya yapıldığında kol, ikinci pozisyonda tutulmaya devam eder. Yön değiştirilmek isteniyorsa, kol tekrar hazırlık ve birinci pozisyonda geçerek yana alınır ve hareket diğer yöne yapılır.

Battement soutenu her yöne yapıldıktan sonra (en face / barda ve ortada), croisée ve effacée büyük pozlarla birleştirilebilir.

Bir diğ er önemli nokta ise, destek bacağın demi-point'ten bacağa düz inilir ve topuk yere basar ve daha sonra bacak pli 'ye iner. Asla kırık diz ile demi pli 'ye inmeye başlanmamalıdır.

4.5. Battement Double Frapp  (Demi Point'te)

Hareket     nc  yılda relev  ile demi point'e yükselerek ve tüm pozlarda yapılır.

Örneğin;

Hazırlıkta; bacaklar relev  demi point'te ve vücut en face pozisyonundadır. Poza dönülürken ayak önce sur le cou de pied derri re yapılır ve sur le cou de pied devant'a dönülürken yeni poza geçilir. Yani frapp 'nin birinci vuruşunda en face iken ikinci vuruşunda poza dönülür.

Bacak sur le cou de pied derri re pozisyonundan, effac e devant pozuna geçerken ise, bacak derri re de iken kol hazırlık pozisyonundadır. Ayak cou de pied devant pozisyonuna alınırken kol, birinci pozisyona alınır ve effac e devant pozuna geçilir.

Battement double frapp  demi point'e açılırken topuk yere basılıp ayak tendu'ye koyulabilir. Ya da hareket demi pli  ile bitirilebilir veya en l'air'e açılır.

4.6. Flic-Flac (Bütün Ayakta- Bitiriş Demi Point Ve Yarım Dönüş İle En Tournant)

 kinci seneden farklı olarak flic hareketi tamamlanarak en tournant ile birleştirilir. Hareketin bitirişi demi point'te yapılabilir. Hareket boyunca bacağın, dizden aşağıda olan kısmı oynamalıdır. Flic yaparken ise tüm ayak parmakları eşit olarak yeri sürterek pozisyona gelmelidir.

UYGULANMASI:

Müzik formu: 2/4

BİRİNCİ AŞAMA (ayak yana açılarak)

(1) Ayak flic pozisyonuna çekilir (sur le cou de pied devant)

(...-ve) Ayak yana açılır

(2) Ayak flac pozisyonuna çekilir (sur le cou de pied derrière)

(...-ve) Ayak yana açılır

(...-ve) Ayak flic pozisyonuna gelir (sur le cou de pied devant)

(1) Ayak yana açılır

(...-ve) Flac pozisyonuna gelir (sur le cou de pied derrière)

(2) Yana açılır

İKİNCİ AŞAMA:

(1) Ayak önde flic pozisyonuna gelir

(...-ve) Arkada flac pozisyonuna gelir

(2) Yana açılır ve tutulur

Sonrasında;

Ayak ikinci sayıda yana açılırken demi point'e çıkılır

ÜÇÜNCÜ AŞAMA

(...ve) Ayak flic ve flac pozisyonuna gelir

(1) Ayak yana açılır

(2) Tutulur

Eğer relevé ile demi point'te yapılıyorsa, ikinci sayıda yani flac hareketinin tamamlanması ile demi point'e çıkılır. Flic ile beraber tekrar topuk basılır.

DÖRDÜNCÜ AŞAMA (yarım tur en tournant ile):

En dehors:

(1) Ayak flic hareketi yapar (sur le cou de pied derrière)

(2) Ayak önde flac hareketi (sur le cou de pied devant) yaparken aynı anda destek bacak demi point pozisyonuna çıkar ve yarım tur dönüş yapılır (barın dışından en dehors bir dönüş yapılır)

(3) Ayak öne en l'air pozisyonuna açılır

(4) Pozisyon tutulur

En dedans:

(1) Ayak flic hareketi yapar ve kol hazırlık pozisyonundan birinci pozisyona alınır (sur le cou de pied devant)

(2) Ayak arkada flac hareketi (sur le cou de pied derrière) yaparken aynı anda destek bacak demi point pozisyonuna çıkar ve yarım tur dönüş yapılır (barın tarafından en dedans bir dönüş yapılır)

(3) Ayak arkaya en l'air pozisyonuna açılır ve kol yana ikinci pozisyona alınır.

(4) Pozisyon tutulur

Kol Pozisyonları;

En dehors dönüşlerde bar tarafındaki kol barı bıraktıktan sonra hafifçe öne doğru yuvarlanır ve ikinci pozisyona alınır

En dedans dönüşte ise, çalışan bacak tarafındaki kol birinci pozisyondan geçerek barı tutar ve diğer kol barı bırakarak ikinci pozisyona alınır.

Baş kullanımı; başlangıçta yanda tutulur. Ayak flic pozisyonuna çekilmesiyle kol birinci pozisyona geldiği sırada baş, avuç içine bakar. Bacağın ve kolun yana açılmasıyla baş da yana alınır.

Yarım tur dönüş yapılırken ise, başlangıçta baş yandadır. Flic ile beraber baş kola bakar ve hareket bitişinde baş yine yandadır.

4.7. Grand Rond De Jambe 90 Derecede (En Dehors/ En Dedans)

UYGULAMASI:

Müzik formu: 4/4

En dehors;

Başlangıç sağ ayak önde beşinci pozisyonudadır.

Birinci ölçü:

(...-ve) Sağ kol hafif yana açılır bras bas pozisyonuna alınır ve bacak sur le cou de pied devant pozisyonuna çekilmeye başlanır

(1) Kol hazırlık pozisyonunda geçerek birinci pozisyona alınır ve aynı anda çalışan bacak, sur le cou de pied devant pozisyonundan destek bacağın dizinin ortasında kadar çekilir.

(2) Çalışan bacak öne 90 dereceye açılır. Bu sırada kollar ve baş aynı şekilde tutulur.

(3-4) Çalışan bacak yana 90 dereceye alınır, kol ikinci pozisyona alınırken, baş sağa çevrilir.

İkinci ölçü:

(1-2) Çalışan bacak aynı dereceden arkaya doğru taşınır ve bu sırada vücut hafif öne verilir.

(3) Pozisyon tutulur

(4) Çalışan bacak beşinci pozisyonda arkaya kapatılır ve kol hazırlık pozisyonuna indirilir.

En dedans;

Başlangıç sağ ayak arkada beşinci pozisyonudadır.

Birinci ölçü:

(...-ve) Sağ kol hafif yana açılır ve bacak sur le cou de pied derrière pozisyonuna çekilmeye başlanır

(1) Kol hazırlık pozisyonunda geçerek birinci pozisyona alınır ve aynı anda çalışan bacak, sur le cou de pied derrière pozisyonundan destek bacağın dizinin ortasında kadar çekilir.

(2) Çalışan bacak arkaya 90 dereceye açılır. Bu sırada kollar ve baş aynı şekilde tutulur.

(3-4) Çalışan bacak yana 90 dereceye alınır, kol ikinci pozisyona alınırken, baş sağa çevrilir ve gözler eli takip eder.

İkinci ölçü:

(1-2) Çalışan bacak aynı dereceden öne doğru taşınır.

(3) Pozisyon tutulur

(4) Çalışan bacak beşinci pozisyonda öne kapatılır ve kol hazırlık pozisyonuna indirilir.

Grand rond de jambe hareketi sırasında; vücut ağırlığı doğru bir şekilde destek bacak üzerinde tutulmalı aynı anda çalışan bacakta, maksimum turn-out ve gergin olmalıdır. İki kalça kemiği birbirine eşit seviyede tutulmaya çalışılmalıdır. Kollar ise verilen pozisyonlarda doğru şekilde tutulmalı ve hareket sırasında tutuş bozulmamalıdır.

4.8. Battement Développé (Bütün Yönlere En Face Ve Pozlarda Relevé İle Demi Point'te, Demi Plié'de Ve Demi Plié'den Geçerek)

UYGULANMASI:

Müzik formu: 4/4

Relevé ile demi point'e yükselerek;

Sağ ayak önde beşinci pozisyon

Birinci ölçü:

(1) Çalışan bacak Retiré pozisyonuna çekilir

(2) Développé ile öne-yan-arkaya açılır

(3) Relevé ile demi point'e çıkılır

(4) Tutulur

İkinci ölçü:

(1-2) Pozisyon tutulmaya devam edilir

(3) Ayak tendu pozisyonuna indirilir

(4) Beşinci pozisyona kapanır

Ayak beşinci pozisyona kapatılırken kol, mutlaka ayakla eş zamanlı olarak hareket etmelidir.

Demi point pozisyonundan inerken ise, önce havadaki çalışan bacak hafifçe indirilir ve sonrasında kol ve bacak birlikte hareket ederek pozisyona kapanır.

Örneğin; hareket effacée devant pozda yapılırken retiré'de kol birinci pozisyona alınır. Développé açarken üçüncü pozisyondadır(ayak relevé yapar). Sonrasında kol, üçüncü pozisyondan ikinci pozisyona indirilir ve bacak ile eş zamanlı olarak pozisyona kapatılır.

Attitude effacée derrière açışlarda ise, bacak attitude pozisyonuna kaldırıldıktan sonra , bacak aşağıya indirilmeden önce dizden uzatılır ve kol alongé yapar. Sonrasında kol üçüncü pozisyon alongé'den ikinci pozisyona açılır (bacak hala en l'air pozisyonundadır) ve oradan ayakla eş zamanlı olarak pozisyona kapatılır.

Ecarté derrière pozda ise; bacak relevé'ye çıktıktan sonra kol üçüncü pozisyondan ikinci pozisyona açılırken baş bar tarafında tutulmalıdır.

Eğer ikinci arabesque pozunda développé yapılmışsa kol, hareketin bitirilirken ikinci pozisyondan geçmez. İkinci arabesque pozundan direkt olarak bras bas pozisyonuna indirilir.

Demi plié ile;

Sağ ayak önde beşinci pozisyon

Birinci ölçü:

(1) Çalışan bacak Retiré pozisyonuna çekilir

(2) Développé ile öne-yan-arkaya açılır

(3) Demi plié'ye inilir

(4) Beklenir

İkinci ölçü:

(1-2) Plié'den tekrar düz olunur

(3) Ayak tendu pozisyonuna indirilir

(4) Beşinci pozisyona kapatılır

Hareket sırasında kol, développé ile beraber birinci pozisyondan ikinci pozisyona açılır. Plié yapılırken kol, ikinci pozisyonudur. Hareketin sonunda kol ve bacak eş zamanlı olarak beşinci pozisyona kapatılır.

Temps lié ile développé;

BİRİNCİ AŞAMA

Birinci ölçü:

Sağ ayak önde beşinci pozisyon

- (1) Çalışan bacak Retiré pozisyonuna gelirken aynı anda destek bacak plié'ye iner
- (2) Destek bacak plié'de iken öne-yana-arkaya développé yapılır
- (3) Développé'de olan bacak üzerine bir geçiş yapılır ve arka bacak havaya en l'air pozisyonuna alınır
- (4) Tutulur

İkinci ölçü:

- (1-2) Bacak pozisyonunda tutulur
- (3) Kol baktan önce hareket eder ve kapanmaya başlar sonrasında bacak da beraberinde tendu pozisyonuna indirilir
- (4) Kol ve bacak bekleme olmadan beşinci pozisyona kapatılır

İKİNCİ AŞAMA

Birinci ölçü:

(1) Çalışan bacak Retiré pozisyonuna gelir

(2) Bacak développé pozisyonuna açılırken destek bacak aynı anda plié pozisyonuna iner

(3) Développé'de olan bacak üzerine bir geçiş yapılır ve arka bacak havaya en l'air pozisyonuna alınır

(4) Tutulur

İkinci ölçü:

(1-2) Bacak pozisyonunda tutulur

(3) Kol bacadan önce hareket eder ve kapanmaya başlar sonrasında bacak da beraberinde tendu pozisyonuna indirilir

(4) Kol ve bacak bekleme olmadan beşinci pozisyona kapatılır

4.9. Pas Tombé (Yerinde Ve İlerleyerek Bitiriş Sur Le Cou De Pied):

Pas tombé yerinde;

UYGULANMASI:

Müzik formu:4/4

Hareket en dehors ve en dedans olarak yaptırılır.

En dehors; başlangıç sağ ayak arkada beşinci pozisyonudadır.

İki giriş sayısıyla, sağ ayak yana 45 dereceye açılır, sağ kol birinci pozisyondan geçerek ikinci pozisyona alınır ve baş sağa çevrilir.

(1) Sağ ayak solun önüne gelecek şekilde tombé yapılır ve aynı anda sol ayak sur le cou de pied derri re pozisyonuna alınır. Sağ kol hazırlık pozisyonuna inerken baş da hafif sağda ve aşığıdadır.

(2) Sağ bacak üzerinde yapılan 180 derecelik en de hors (bara doğru) bir dönüşle diz hızlıca düzeltilir ve dönüşün tamamlanmasıyla sol ayak sur le cou de pied devant pozisyonuna alınır.

Bu yarım dönüş başlarken, sağ kol birinci pozisyona yükselir ve baş sağa  vrilir. Dönüş tamamlandığında ise sağ kol bar üzerinde, sol kol birinci pozisyondan geçerek ikinci pozisyona açılmış şekildedir. Baş soldadır.

En dedans; başlangıç sağ ayak önde beşinci pozisyonudadır.

 ki giriş sayısıyla, sağ ayak yana 45 dereceye açılır, sağ kol birinci pozisyondan geçerek ikinci pozisyona alınır ve baş sağa  vrilir.

(1) Sağ ayak, solun arkasına gelecek şekilde tomb  yapılır ve aynı anda sağ ayak sur le cou de pied (bileği saran) pozisyonuna alınır. Kol ve baş aynı pozisyonda tutulur.

(2) Sağ bacak üzerinde yapılan 180 derecelik en dedans (bardan dışarı) bir dönüşle diz hızlıca düz edilir ve dönüşün tamamlanmasıyla sol ayak arkada sur le cou de pied pozisyonuna alınır.

Bu yarım dönüş başlarken, sol kol barı bırakarak, birinci pozisyona yuvarlanır. Dönüş tamamlandığında ise kol ikinci pozisyona açılır. Sağ kol bar üzerinde ve baş soldadır.

Pas tomb  ilerleyerek;

Pas tomb  hareketi ilerleyerek yapılırken; destek bacak pli 'ye indiği sırada çalışan bacağın ayağı sur le cou de pied pozisyonuna alınır. Bacaklar pli 'den relev 'ye yükseldiğinde bardan yarım tur bir dönüş yapılır (en de hors), sur le cou de pied'de olan ayak  ne ve ileriye doğru itilir ve tomb  yapılır (ayak  ne açılırken kol, dirsekten hafifçe geriye doğru verilir, baş yandadır. Ayak cou de pied pozisyonuna alındığında baş, kol arrondi iken avuç içine bakar). Bu defa diğer ayak  ne sur le cou de pied devant pozisyonuna gelir. Geçişler sırasında ayak sur le cou de pied hizasını geçmez. Kol ikinci pozisyonda tutulur.

BEŞİNCİ BÖLÜM

VAGANOVA SİSTEMİ'NİN İLK YILLARINDA, BALE DERSLERİNDE BARDA YAPILAN EGZERSİZLERİN MÜZİK EŞLİĞİ FORMLARI (MELODİ, ZAMAN, RİTİM, YAPI V.B)

5.1. Plié

Hareketin karakteri gereği, yavaş, akıcı, 4/4 ve ölçülerin içindeki ritmin karışık olmayacak şekilde yazıldığı müzik eserleri, başlangıç seviyesi için oldukça iyi bir seçim olacaktır. Öğretmenin hareket sırasında müziği, öğrenciye en anlaşılır şekilde verilebilmesi ve öğretilbilmesi için, özellikle melodide, her bir sayıya (başlangıç seviyesinde) sadece bir-iki eşit değerde (dörtlük ya da sekizlik) nota gelecek şekilde düzenlendiği müzikler seçilmeli ve bir vuruşun içerisinde bulunabilecek ve saymayı zorlaştıracak; senkoplardan, bağlı notalardan, uzun suslardan ve caz ritimleri gibi algıyı zorlaştıracak kalıplardan kaçınılmalıdır. Müzikteki eşlik için de, üçleme veya onaltılık gibi ritimlerden uzak durulmalı, sadece dörtlük ya da sekizlik ağırlıklı bir ritim ile eşlik edilmelidir. Elbette müziğin yapısı gereği, cümle sonlarına gelebilecek uzun değerler veya birkaç farklı ritim de istisnai olarak müzikte bulunabilir.

İlerleyen dönemlerde, hareketin uzunluğu azalmış ve hareket hızlanmış olsa da, müzik karakteri ve temposu hemen hemen aynı kalır. Sadece ek olarak, artık yarım vuruşluk notalar da melodide duyurulabilir. Ancak bunun yanında, yine aksak ve saymayı zorlaştıracak diğer zor ritimlerden kaçınılmalıdır.

Plie hareketi ile ilgili hatırlanması gereken; kullanılacak müziğin daima yumuşak, akıcı, devamlı ve bağlı (legato) olmasıdır.¹ Başlangıç olarak 4/4 zamanda, legato (bağlı), akıcı, vuruş sayıları net ve anlaşılır, tempo olarak Adagio/Andante arasında bir müzik seçilebilir. İlerleyen dönemlerde, önce müzikteki melodi, ritim açısından zenginleştirilebilir. Ardından, üçüncü yıldan itibaren 3/4 zamanlar da derslerde kullanılabilir. Ancak ilk üç yılda aksak ve karışık eşliklerden daima uzak durulmalıdır.

¹ Harriet CAVALLI, **Dance and Music**, University Press Of Florida, Gainesville, 2001, s.102.

4 sayı hazırlık BARRE

PLIES

G. DICKSON-PLACE

Andante



Basit ritm kalıpları, saymayı kolaylaştırır.



1. Setin / 2. Set Aynı ritm kalıplarıyla
Sarı Ancak, daha zengin ve farklı
tonalitede

Fotoğraf 5.1: Plié Hareketi İçin Müzik Örneği 1. Sayfa

5

1

mp *cresc.* *mf*

f *dim.*

col 8 *col 8*

2

mp *cresc.*

col 8 *col 8* *col 8*

mf *f*

col 8 *col 8*

Hareketin bitti ↓

Ritirisi için
've akar

Fotoğraf 5.2.: Plié Hareketi İçin Müzik Örneği 2. Sayfa

5.2. Battement Tendu

Battement Tendu hareketinin ilk yıllarında kas gruplarının doğru bir şekilde çalışmasını sağlamak için hareket yavaş ve dikkatli bir şekilde yaptırılır.

Ancak buradaki yavaş tanımı, müzikte kesinlikle yavaş, gevşek, tanımı ile karıştırılmamalıdır. Müzik oldukça dinamiktir ve bacaklardaki gerginliği tamamlayacak şekilde net sayılardan ve net vuruşlardan oluşmalıdır. İlk yıl için gerek hareketin hızlı olmaması, gerekse saymada anlaşılır olması için 4/4 bir zaman birimi seçilmelidir. Müzikte dinamik (nüans işaretleri) kontrast bir şekilde mutlaka bulunmalı ve kombinasyondaki ritimler aynen müziğe yansıtılmalıdır.

İlk zamanlarda yine basit ve sayıları anlaşılır bir melodiye, yine karışık olmayan ritimlerle eşlik edilmelidir. Bu hareketin ilk uygulanması sırasında 'Moderato' hızında sekizlik veya 'Alberti Bas' tarzı bir eşlik eşliği faydalı olabilir. İlerleyen zamanlarda yavaş tendu hareketi ile demi pli  beraber yapıldığında tempo 'Andante con moto' olarak uygulanmalı, demi pli  sırasında müzik, tendu hareketine oldukça kontrast bir dinamikle yumuşak ve akıcı bir geçiş sağlamalıdır.²

İlerleyen yıllarda hareketin hızının artmasıyla önce 2/4 zaman birimi kullanılmalı ve mümkün olduğunca ilk yıllarda 3/4 ve diğer bileşik zaman birimlerinden (6/8, 9/8...vb.) kaçınılmalıdır.

² Harriet CAVALLI, **a.g.e.**, University Press Of Florida, Gainesville, 2001, s.104.

Hazırlık müziği az gelirse veya verilmemişse,
Set sonundaki iki ölçü (7-8 ve 15-16)
kullanılır.

BATTEMENTS TENDUS

1. sınıf için 4/4 ve net tendus noktaları



Alternatif hazırlık
müziği

Fotoğraf 5.3: Battement Tendus Hareketi İçin Müzik Örneği (İlk Yıl)

BATTEMENTS TENDUS AND BATTEMENTS GLISSES

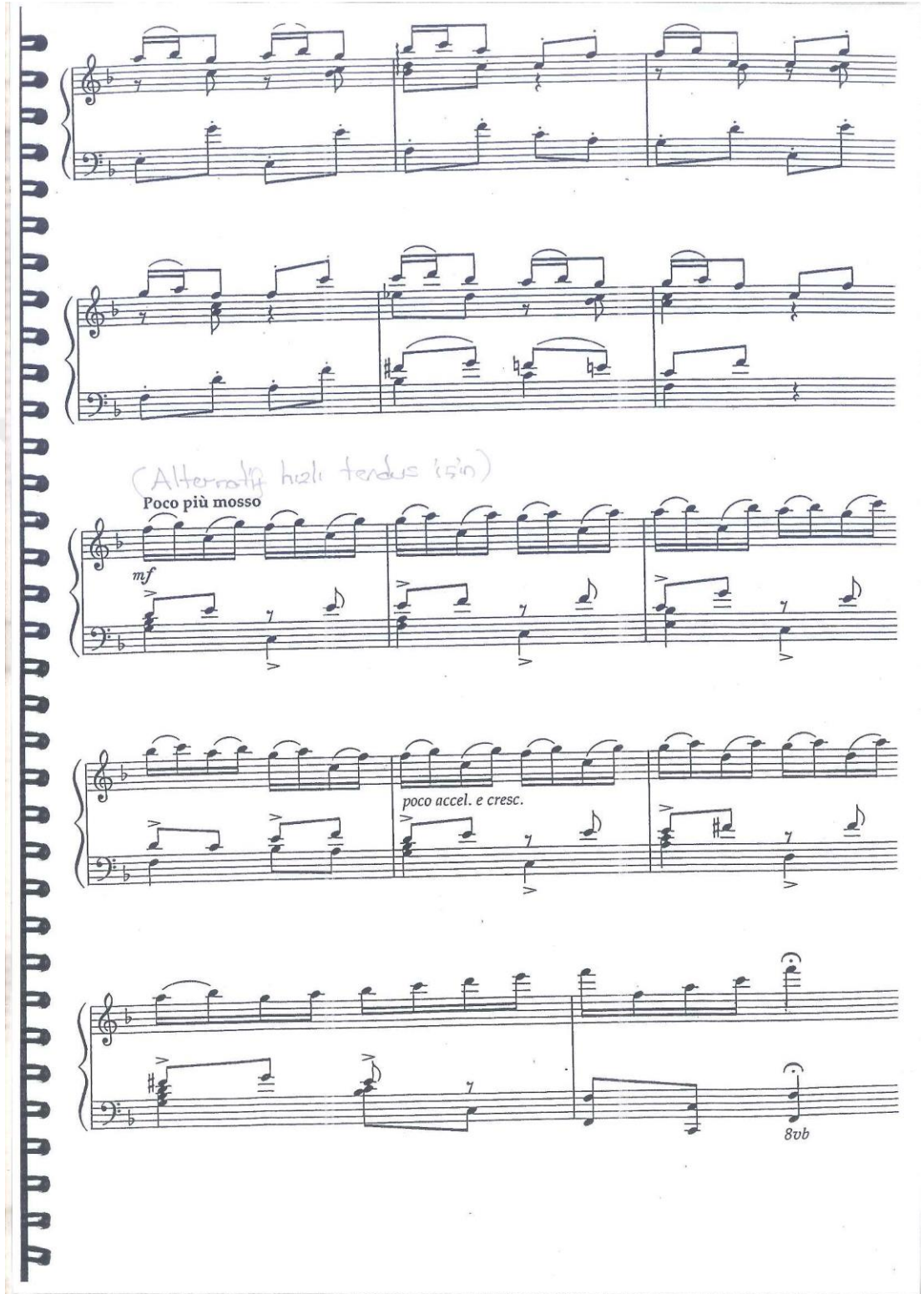
Her geçen yıllarda Tendus müziği Müzikteki melodi yönü hareketle yinlenir

Allegretto

p

Kapan aç Kapan aç

Fotoğraf 5.4.: Battement Tendus Hareketi İçin Müzik Örneği 1. Sayfa (İleri Seviye)



Fotoğraf 5.5: Battement Tendus Hareketi İçin Müzik Örneği 2. Sayfa (İleri Seviye)

5.3. Battement Tendu Jeté

Battement Tendu'de, yerde turn-out ile çalışan bacakların öğrenilmesinden sonra, aynı hareketin havada aynı kas gruplarını güçlendirmeyi ve bu şekilde bacağın havada doğru bir pozisyonda dayanıklılığını arttıran, Battement Tendu Jeté hareketi öğretilir.

Müzik yapısı battement tendu ile benzerlik taşır. Aynı tutulan bu müzik yapısı ile öğrencinin öğrendiği yeni hareketin sayılarının net bir şekilde anlaşılması sağlanmış olur.

İkinci yıldan itibaren, hareketin doğası gereği, hareketin daha keskin ve hızlı olmasından ötürü, bir yıl önce kullanılan müzik yapısının artık kullanılmaması gerekir. Hareketin keskinliği ve nokta duruşunu müziğe yansıtmak için gereken, jeté hareketi sırasında staccato (keskin, zıplamalı) artikülasyonudur. Müzikteki bu artikülasyon ile, hareketin öğrenciden istenilen şekilde yapılabilmesine destek olunur.³

Battement Tendu Jeté'nin kapanışı sırasında ise müzik, battement tendu hareketinden nispeten daha seri ve kapanma hissini net bir şekilde verilmelidir. Battement Tendu Jeté'de aynı battement tendu'de olduğu gibi pozisyona kapama sırasında sıkça görülen ve kalça formunu bozan, sert kapanışlar, ancak müzikle desteklenen net bir melodik yapı giderilebilir.

Müzik karakteri, hareketin ilerlemesi ile her aşamada değişir. Önceleri Battement Tendu'de kullanılan moderato temposu, giderek arttırılırken, müzik zaman birimi 4/4'ten, önce 2/4'e, ardından hareketin iyice hızlanması ile yine 2/4, 6/8 zaman birimine, ilerleyen dönemlerde battement jeté piqué hareketine geçildiğinde ise 2/4 ve 6/8 gibi iki zamanlı basit ve bileşik formların noktalı ritimleri kullanılmalıdır.

³ Mariana Palacios IZAGUIRRE, **The Piano Music In The Ballet Class**, University Of Gothenburg, 2014, s.30

5
Grade 4 - alternative music

D03: Battements glissés

Country Gardens used in Ashton's *Tweedledum and Tweedledee*

Fairly fast and with a leisurely swing

Set for piano by Percy Aldridge Grainger

mf *mp* *p* *R.H. detached* *L.H. short*

Ped. * Ped. * Ped. * Ped. * Ped. * Ped. *

Ped. * Ped. * Ped. * Ped. *

Ped. * Ped. * Ped. * Ped. *

Ped. * Ped. * Ped. * Ped. *

Ped. * Ped. * Ped. * Ped. *

Ped. * Ped. * Ped. * Ped. *

© 1919 by Percy Grainger. Copyright assigned 1995 to Schott and Company Limited, London.
Reproduced by permission.

Fotoğraf 5.6: Battement Jeté Hareketi İçin Müzik Örneği (İlk Yıl)

Herleyen dânemlerde kullanılabilen, alternatif jeté müziği

8
Dégagés
Allegretto
Kapanışlar bağı ve net
Apogatif ile gümüşak
Kapanışlar
C. Czerny
Etude

14

Fotoğraf 5.7: Battement Jeté Hareketi İçin Müzik Örneği (İleri Seviye)

5.4. Rond De Jambe Par Terre

Rond de jambe hareketi, dairesel ve devamlılık içeren bir harekettir ve müziğin de, harekete uyumlu, aynı dairesel süreklilik sağlayan bir ifade ile sunulması yerinde olacaktır. Nefes yerleri rubato (müzik cümlesinin sonunu uzatma) ile belirginleştirilebilir. Bu sayede hareketin her dairesel başlangıcına yeni bir enerji ile başlanması sağlanabilir. Yine hareketin nefesleriyle, verilen kombinasyonun birbirine uyumlu olması gerekir. Müzikal aksanlar, ilerleyen seviyelerde değişkenlik gösterir.⁴

Rond de jambe par terre hareketi, kombinasyonun başlangıcının hazırlık müziğinin içinde yer alması ile diğer hareketlerden ayrılır. Bu durum derse eşliğe yeni başlayan bir piyanist için farklı bir durumdur. Bu hareket, ilk zamanlardan itibaren hazırlığı (preparation) ile birlikte öğretilir. Çünkü hareketin hazırlığı, aynı zamanda hareketin ayrılmaz bir parçasıdır.

Müzikal eşlik olarak, bağlı (legato), akıcı ve durmaksızın yinelenen bir melodi ve bu melodik yapıya uygun bir eşlik gerekir. Eşlikte, hareketin sürekli yinelenme etkisini öğrenciye hissettirebilmek için, akıcı bir müzik kompozisyonunu, her dairesel devinimde güçlü bir yinelenme hissi ile birlikte sunulması yerinde olacaktır. Bu sayede her dairesel devinimde yeni bir enerji ile hazırlanacak, kombinasyondaki enerji, daima en üst seviyelerde kalabilecektir. Hareketin doğasını en iyi yansıtacak eşlik, sol elde süreklilik sağlayan bir eşliktir. Melodinin sağ elde özgür bırakıldığı ama aynı zamanda sol elde arpej seslerinden oluşan zengin bir eşlik, piyanistin müzik kompozisyonuna ekleyeceği rubatolar ile istenilen bu devinim ve sürekliliği sağlamaya yardımcı olacaktır.

⁴ Harriet CAVALLI, a.g.e., University Press Of Florida, Gainesville, 2001, s.105.

★ Hazırlık müziği yeterli değilse, set sonuna gelen müzik (15.-16. ölçüler), alternatif hazırlık müziği olarak kullanılabilir.

İkinci ve dördüncü ölçüler için alternatif elistik ölçü

Birinci sıfıfta hareket 1. sayıdan başlar. Eksi ölçü kullanılmaz.

RONDS DE JAMBE A TERRE



G 3758 B

Fotoğraf 5.8: Rond De Jambe Par Terre Hareketi İçin Müzik Örneği 1. Sayfa
(İlk Yıl)



Fotoğraf 5.9: Rond De Jambe Par Terre Hareketi İçin Müzik Örneği 2. Sayfa
(İlk Yıl)

5.5. Battement Fondu

Fondu hareketi, yukarıya ve aşağı doğru çizgileri olan iki yönlü bir harekettir. Hareketin yumuşak, ancak net bir müzik karakteri olmalıdır. Öğrencinin hareketin yönünü tayin eden inici veya çıkıcı müziği hissedebilmesi, hareket sırasında bunu başarılı bir şekilde sergileyebilmesi için önemlidir. Dolayısıyla hareket için çalınacak müziğin de, bu tür bir kompozisyon içermesi yerinde olacaktır. Aksi takdirde plié'ye inerken piyanistin yukarı yönlü (çıkıcı) bir melodi , harekete tekrar yükselirken de aşağıya yönlü (inici) verdiği bir melodi, öğrencinin müziğin verdiği hissi yanlış bir şekilde harekete aktarmasına ve dolayısıyla hareketin dinamik etkisinin azalmasına sebep olabilmektedir.

Hareket, eğitimin ilk yıllarında direkt olarak tek ayak üzerine inilen plié ile başlar. Dolayısıyla hazırlık sonrası gelecek melodinin de aşağı yönlü olması gerekir. İlerleyen yıllarda relevé ile yapılacak bir fondu için ise, hazırlıkta mutlaka yukarı yönlü bir müzik kompozisyonu ardından fondu ile birlikte yeniden aşağıya doğru inen bir melodik kompozisyon kullanılmalıdır.

İlk yıl kullanılacak müzik 4/4 zamanda olmalı ve önceleri noktalı ritimlerden kaçınılmalıdır. Müziğin kompozisyonu hareketin iniş ve çıkışlarıyla uyumlu olmalıdır. Hareketin hızlanması ile birlikte, 2/4 bir müzik de kullanılabilir. Daha sonraları ise noktalı 2/4 zamanlar da kullanılabilir (Habanera) kullanılabilir.⁵ Ardından üçüncü sınıfta 3/4 bir zaman da tercih edilebilir.

Bu hareketteki önemli bir nokta da; hareketin içerdiği kontrasttır. Plié'ye inerken çalınacak melodinin bağlı ve akıcı, çıkarken tam tersi keskin ve net bir yapıda olması gerekir. Bu sebeptendir ki içerdiği kontrast müzik kompozisyonları ile ileriki yıllarda, Habanera ve Tango türü müzikler, Fondu hareketi için daima uygun görülen formlar olmaktadır.

⁵ Mariana Placios IZAGUIRRE, **a.g.e.**, University of Gothenburg, 2014, s.33.

BATTEMENTS FONDUS

M. CONCAH

uygun müzik formu

Tempo di habañera

mf

* ve

* ve

* ve

1

(L.H.)

col 8

2

3

Reaksiyon yapma

Fotoğraf 5.10: Fondu Hareketi İçin Müzik Örneği

5.6. Battement Frappé

Battement Frappé, bar egzersizindeki en aksanlı hareketlerdendir.⁶ Hareket gibi müziğin de karakteri, anlaşılır, net, canlı ve enerjik olmalıdır.

Başlangıç seviyelerinde, karakterin içeriği değiştirilmeden, tempo moderato olarak verilir. Zaman 4/4 olabilir. Yine ilk yıl, hareket hızlandıkça tempo da hızlandırılır.

Ancak ikinci yıl ile birlikte, double frappé öğretildiğinde, müziği hızlandırmak yerine yavaşlatarak, öğrencinin, müziğin içerisindeki sekizlik notaları da hissetmesi sağlanmalıdır. Bunun için Andante temposunda 4/4 veya 2/4 zaman seçilebilir. Bu sayede, öğrenciye kuvvetli olmayan zamanda gelen (...ve...) aksanlarda da müziği dinleyerek, hareketin kontrolünü hem kuvvetli (1-2-3-4), hem de kuvvetsiz (ve) zamanlarda yapabilme becerisi kazandırılmış olur.

İlerleyen zamanlarda frappé'nin değişik ritimlerde verildiği kombinasyonlarla karşılaşıldığında, durak (nokta) yerlerinde, melodinin de net olarak durması ve mümkünse staccato artikülasyonu ile bunun yapılması yerinde olacaktır. Kombinasyona göre planlanan böyle bir müzikte; hem aksanların yerleri kolayca duyulabilecek ve hissedilebilecek, hem de öğrencinin ezberlemesi istenen kombinasyonu, daha kolay ezberlenebilmesi sağlanacaktır.

⁶ Mariana Placios IZAGUIRRE, **a.g.e.**, University of Gothenburg, 2014, s.34.

BATTEMENTS FRAPPES

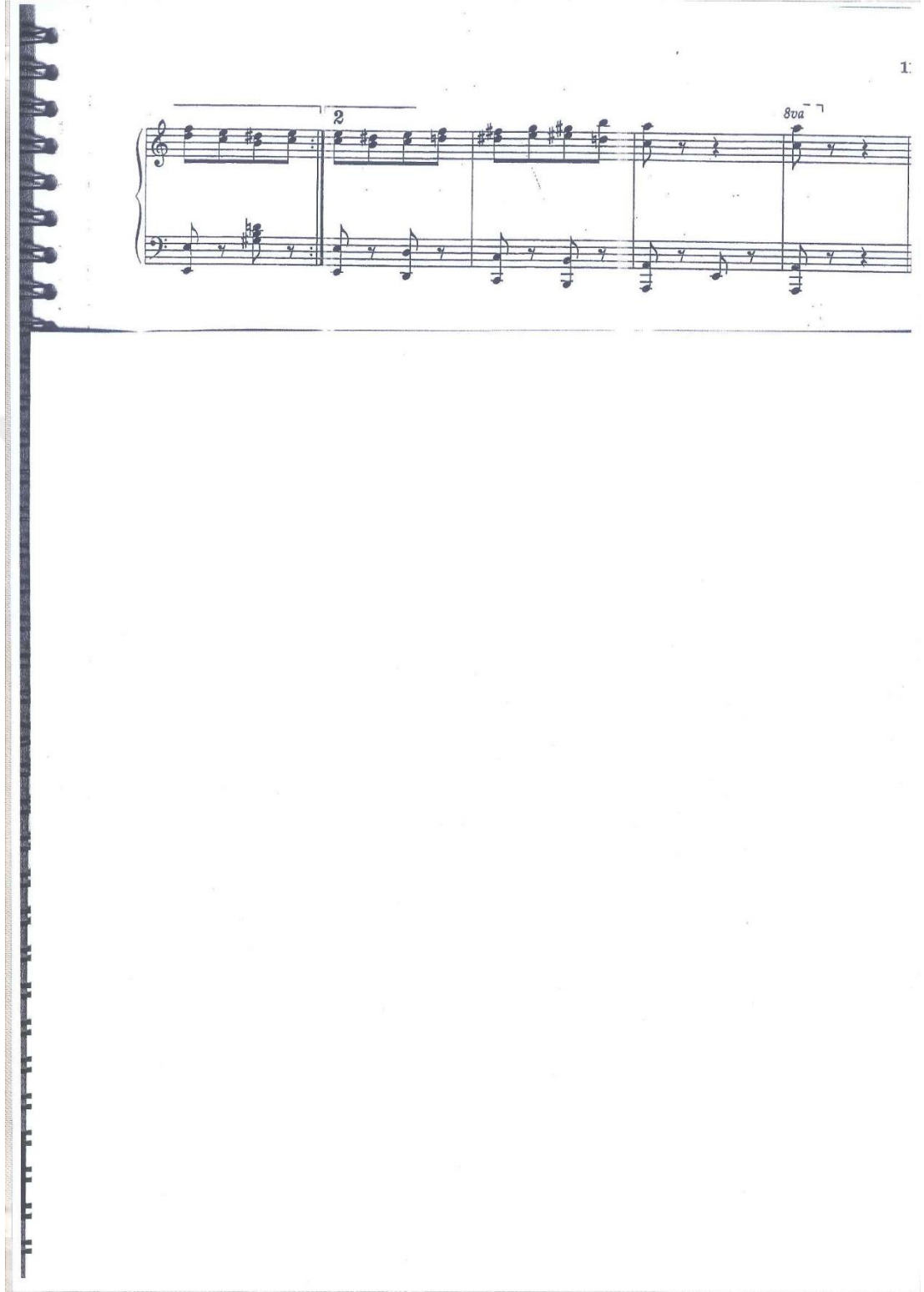
2/4 bir zaman, doğru bir sayımla 4 hissettirebilir.

Deciso, marcato

K. CHAPMAN

Ac, K (reaktion) Kapa ve Ac ve Kapa

Fotoğraf 5.11: Frappé Hareketi İçin Müzik Örneği (1. Sayfa)



Fotoğraf 5.12: Frappé Hareketi İçin Müzik Örneği (2. Sayfa)

5.7. Petit Battement

Petit Battement, Battement Frappé hareketinden hemen sonra gelen ve daha hızlı (seri) yapılan bir harekettir. Eğitimde, kombinasyon olarak tek başına öğretilbildiği gibi, Frappé hareketinin ikinci bölümü olarak da öğretilbilir. Ancak her ne şekilde öğretilirse öğretilsin, hareketlerin içerisindeki farklı nüanslar, verilen müzikte de aynı şekilde hissedilmelidir.

Müziğin temposu ve zamanı, ilk yıl, öğretmenin de isteğine bağlı olarak, yaklaşık olarak Moderato hızında ve 2/4 zamanda verilmelidir. Ancak, Frappé gibi net, canlı ve enerjik bir müzik formunda sunulan Petit Battement, noktalardaki aksanın farklılığı ile Frappé'den ayrılır.

Petit Battement hareketi için, öğretmenin verdiği tempoya uygun, ince seslerde ama aksanlı ve staccato artikülasyonu bir melodi uygun olacaktır. Hareketin ince seslerden ve mümkünse majör tonalite kullanılarak verilmesi, hem öğrencinin aksanı net olarak algılayıp, uygulamasına, hem de hareketin enerjisinin hem de kombinasyonun sonuna kadar enerjik bir seviyede kalmasını sağlar.

PIZZICATI (Sylvia)

Leo Delibes

Petit Battement için, staccato ve azeritm değeri olan müzikler tercih edilir.

Moderato

Hazırlik yetolu degil
7. ve 8. ölçü kullanılması!

mf

simile

simile

cresc. e accel.

(b)

C.M. Ltd. 2147

Fotoğraf 5.13: Petit Battement Hareketi İçin Müzik Örneği (1. Sayfa)

Musical score for "Petit Battement Hareketi" (2nd page). The score is written for piano and features five systems of music. The first system includes dynamics *f* and *mf*, and the tempo marking *Tempo lmo*. The second system continues the melodic and harmonic development. The third system includes *cresc.* and *e accel.* markings, leading to a *Fine* ending. The fourth system is marked *gva 2nd time* and *mf*. The fifth system includes *D. § al Fine* and *loco* markings. The score is published by C.M. Ltd. 2147.

Fotoğraf 5.14: Petit Battement Hareketi İçin Müzik Örneği (2. Sayfa)

5.8. Rond De Jambe En L'air

Rond de Jambe En L'air hareketi, aynı Rond de Jambe a Terre hareketinde olduğu gibi; hareketin hazırlığının, hazırlık müziğinin içerisinde gerçekleştiği bir harekettir. Dolayısıyla hareketin müziğinin ve karakterinin, müzikteki eşliğin hazırlığının içerisinde verilmesi gerekir.

Müzik zamanı ve temposu, tıpkı battement tendu hareketinde olduğu gibi, öğretmenin vereceği aksanlara bağlıdır ve değişkendir.

Rond de Jambe en L'air hareketi için en uygun başlangıç seviyesi müzik formu; temposu Andante'den hızlı olmayan 4/4 zamanda yazılmış bir formdur.

İkinci yıl itibariyle, hareketin yapısı gereği hem bağlı (legato) hem de net sayıların varlığı iyice hissedilir ve bu kontrast karakter, müzikte de aynı şekilde duyurulmalıdır. Bunun sebebi; ilk yıllarda güç kazandırmaya yönelik olan hareketin karakteri, ikinci yıl itibariyle, hareketin noktalarının belirginleşmesi ile daha net görülür ve bu his müzikte de öğrenciye aynı şekilde yansıtılmasıdır.

İlerleyen yıllarda, hareketin hızlanması ile birlikte, 3/4 bir vals veya daha net sayıları olan bir Mazurka veya 3/8 zamanda müzikler de kullanılabilir. Bu seviyeden itibaren, hazırlık da dahil olmak üzere, kombinasyondaki tüm ölçülerin (hareketin) içerisinde, çalışan bacağın 4. Vuruşta degagé'den geçerek 1. vuruş öncesi havada ikinci pozisyona geçmesi (en l'air a la second) sırasında, müzikte de bu hazırlığın eksik ölçü ile duyurulması ve bunun her en l'air hareketinde tekrar edilmesi oldukça önemlidir.⁷

⁷ Harriet CAVALLI, **a.g.e.**, University Press of Florida, 2001, s.108-109.

P5b: Bend and Point (Music B)

Grandfather's Clock

Basit ritimlerle, sayması kolay bir Rond de Jambes en l'air müziği (1. sınıf)

Andantino ♩ = c. 96

Henry C. Work (1832-1884)

CD1
Track 35

CD1
Track 35

poco ritenuto al fine

Copyright © 2008 Royal Academy of Dance

Fotoğraf 5.15: Rond De Jambe En L'air Hareketi İçin Müzik Örneği (İlk Yıl)

RONS DE JAMBE EN L'AIR

K. CHAPMAN

Sonore ma gentile

mp

ron *ron* *ron* *Bekle!*

ron *simile*

Herleyen döremlerde kullanılabilir, bacağın rotasyonunun melodide duyulan bir müzik örneği.

Fotoğraf 5.16: Rond De Jambe En L'air Hareketi İçin Müzik Örneği (İleri Seviye)

5.9. Battement Développé

Bar egzersizlerinin sonunlarına doğru Battement Développé hareketi yapılır. Adage kelimesinin anlamı; yavaş ve rahat kelimelerinin bir birleşimidir. Kelime bu haliyle, eşlik eden müziğin formuna da aynen etki eder.

Müziğin karakteri; bağlı, devamlılığı olan, rubato ile cümle sonları uzatılmaya müsait bir melodik yapıda, önceleri 4/4 gibi basit zamanlarda, ardından 12/8 gibi birleşik zamanlarda, tempoların öğretmenin yönlendirmesiyle takip edilebileceği bir yapıda verilmelidir. Her cümlenin sonunda uzayarak biten hareketin bu noktalara ulaşması sırasında dansçının bedeninin takibi oldukça önemlidir. İki zamanlı veya üç zamalı olsun, her iki halde de melodik yapı uzun, akıcı ve yükselten bir hisle verilmesi yerinde olur.⁸

Hareketin hazırlığından itibaren adage formunda çalınan müzik, sürekli olarak bir döngüyü takip eder ve bu döngü, hareketin birinci vuruşu ile birlikte yeniden ivme kazanır. Müzik de, hareket gibi devamlıdır. Hareketin her döngüsünde yinelenen müzik, kombinasyonun ilerlediği seviyelerde, yine kombinasyon ve dansçının takibi ile en doğru aksanla verilebilir.

⁸ Mac LACHLAN, Nancy ELIZABETH, **A Ballet Pianist's Handbook**, Master Of Art Thesis, George Mason University, 1998, s.162.

18

Bağlı ve akıcı bir melodi

III

ÉTUDES DE PAS ET ENCHAINEMENTS

Adages

L. van Beethoven
Adagio cantabile

31

p Davanın ve dexamblilik sağlamlı ara eslik---

Melodinin bağlı ve net düylüğü, aynı anda devinimin ve dexamblilik da ara eslikte sürüklü bir müzik örneği

Fotoğraf 5.17: Battement Developé Hareketi İçin Müzik Örneği

5.10. Grand Battement

Grand Battement hareketi, bale derslerinde bar egzersizlerinin en sonunda yapılan, oldukça güçlü ve ivme gerektiren bir egzersizdir. Müziğin eşliği bu ivmenin güçlü ve gösterişli yapılabilmesi için gereken desteği mutlaka sağlamalıdır.

Hareketin aksanları öğretmenin isteği ve sınıfın seviyesi ile her yıl farklı olabilir. Burada dikkat edilmesi gereken, çalınacak müzikteki eksik ölçünün, ayağın egzersizdeki en yüksek konumda çalınması ve bu sayede ivmenin en yüksekte tutulması amaçlanmalıdır.

Müziğin karakteri, eğitimin ilk yıllarında 4/4 zamanda ve mümkünse sayıları net ve vurgulu (marcato) olmalıdır. Melodik yapı, ayağın yukarı ivmesi ile birlikte hareket etmeli ve her Grand Battement hareketinde bu ivme müzikte aynı şekilde sağlanmalıdır. Her iki veya dördüncü vuruşun sonunda "...ve" de kullanılacak eksik ölçüler, dansçının bu ivmeyi sağlamasında destekleyici olmaktadır. Ayrıca eşlikte bas seslerde kullanılacak kuvvetli zamanlar (1-2-3-4), dansçının egzersizin hem sayılarını hem de güçlü ve gösterişli yapısını daima korumasını sağlayacaktır.

İlk yıllarda 4/4 veya 2/4 zamanda ve Marş Formunda müzik kullanımı uygun olabilir. İlerleyen dönemlerde, egzersizin ilerlemesiyle, 3/4, 3/8 ve 6/8 gibi zamanlarda da kullanılabilir.⁹ Tempo öğretmenin isteğine bağlı olarak değiştirilebilir. Ama Battement Tendu'de de olduğu gibi, ister iç, ister dış aksan olsun, kombinasyondaki her Grand Battement hareketinin, kuvvetsiz zamanda eksik ölçü ile başlaması gerekmektedir.

⁹ Mariana Placios IZAGUIRRE, **a.g.e.**, University of Gothenburg, 2014, s.36.

GRANDS BATTEMENTS

M. CONCAH

*Reaksiyonu uyaran ritim, ekşik adı ile verilir
ve maksimum çış kazanılır.*

Strong, steady march

ff 1 - 2 - 3 - 4 - 1 - 2 - 3 - 4

veya 1 - ve - 2 - ve - 3 ve 4 ve

Şeklinde sayılabilir.

Etilik net. Mars gibi.

1 2

col 8

Fotoğraf 5.18: Grand Batttement Hareketi İçin Müzik Örneği

SONUÇ

“Rus Vaganova Bale Ekolü’nde İlk Üç Yılın Bar Hareketlerinin Müzik Örnekleriyle İncelenmesi” konulu Yüksek Lisans çalışmasında, bale eğitiminin kuşkusuz en önemli olan ilk yıllarında, bir bale öğrencisinin yapması gereken zorunlu hareketler ile bu hareketlerin yapılış sıraları aşamalarıyla incelenmiştir. Ayrıca hareketler, müzik formu bilgisi ile desteklenmiş ve son olarak da, hareketin hangi müzik formuyla en doğru şekilde kombine edilebileceğine dair birkaç örnek katılmıştır.

Bu çalışmanın ortaya konması sırasında yabancı kaynakların yanı sıra, kişisel notlardan ve gözlemlerden de faydalanılmış, aynı zamanda çalışma bazı temel hareketlerin doğru gösterimi açısından fotoğraflarla desteklenmiştir.

Tezin içeriğinin hazırlanması sırasında ayrıca türkçe eş anlam bulma sorunlarıyla da karşılaşmış ve bunun için birçok kaynaktan yapılan çeviriler incelenmiş ve sıkça kullanılan, en güncel kaynaklar referans alınmıştır.

Çalışmada, temel bar hareketlerinin öğretilişi ve uygulanması sürecinde, bir bale eğitmeninin izlemesi önerilen hareket sırası, aşamaları ve sayıları net bir şekilde verilmeye ve bu alanda net ve ayrıntılı bir inceleme yapılmaya çalışılmıştır. Buradan yola çıkarak yine, müziğin bale eğitimindeki önemine vurgu yapılmış, son bölümde hareket ve müziğin en uygun şekilde ve en doğru formlarla desteklenerek, bunun bale dersine olabilecek pozitif etkileri ortaya çıkarılmıştır.

Bir bale dersinde, öğrencilere verilecek kombinasyonların sırası oldukça önemlidir. Bu sayede, öğrencinin gerek fiziksel gelişimi, gerekse bale öğrenimi en doğru şekilde sağlanmış olur. Aynı zamanda, kombinasyonların öğretilme aşamasında, hareket sayılarının, müzik cümleleri ile doğru orantılı olması da son derece önemlidir. Müzik cümlelerindeki farklı uzunlukların doğurabileceği sonuçlardan bazıları: Öğrencinin bazı kas gruplarını daha fazla çalıştırması ve yormasına, orantısız ve zorlayıcı bazı kas ve eklem zararlarına neden olabileceği gibi, öğrencinin de gereksiz bir yorgunluk yaşamasına sebep olabilecektir. Aynı zamanda, müzik cümlelerinin anlaşılması konusunda da bazı kafa karışıklığı gibi sorunlara da yol açması kaçınılmazdır. Bu da, öğrencinin, dolayısıyla eğitmenin de ders sırasında motivasyonunu düşürecektir. Bu sebeptendir ki, bu çalışmada bu sayıların, kombinasyon hazırlık örneklerinde, eşit müzik cümleleriyle verilmesine çalışılmış ve bu yönde hareket edilmesi gerekliliği vurgulanmıştır.

Hareketlerin ve kombinasyonların hazırlanması aşamasında, bu kombinasyonlar derslerde de uygulanmış, öğrenciler üzerinde gerek öğretiliş sıraları, gerekse öğrencilerin ilerlemeleri incelenmiş ve çalışma için en doğru bilgiler bu tezde derlenmiştir. Ayrıca, hareketlerin müzikleri ile ilgili olarak birçok müzik parçası seçilmiş ve seçilen bu parçalar arasında en anlaşılır ve uygun olanlar, yine son bölümde derlenmiştir.

Aynı zamanda sadece bale öğreticisi için değil, yine bale eşlikçilerine de fayda sağlaması açısından, neredeyse hiç kaynak bulunmayan, nota örneklerinin üzerine küçük notlarla bilgilendirmeler de, bu çalışmaya eklenmiştir. Bunun amacı kimi zaman piyanist ile öğretmenin istedikleri ortak noktada buluşmaları ve aynı dili konuşmaları açısından bu notların, derse olumlu katkı sağlamasıdır.

Kuşkusuz ki, bale hareketlerinin doğru ve sıralı öğretilmesinin önemi, bir bale eğitmeni ile korrepetitörün, doğru bilgi paylaşımında bulunabilmesi ve aynı dili konuşabilmesinin de, bale derslerinde bale eşliklerinin doğru seçilmesiyle mümkün olacağı kanısına varmamı sağlamıştır. Özellikle ülkemizde bale eşlikçileri ve kaynaklarının azlığı ve korrepetitörlerin bu branşta eksik veya az bilgili olmaları sorunsalı karşısında, temel anlamda bir bilgilendirme yapılmaya çalışılmıştır.

Rus Vaganova Bale Eğitim müfredatını bu tezimde incelerken, aynı zamanda, hareketlerin derinlemesine öğretilmesi aşamasında, öğrencilerin yaşayabilecekleri, gelişimlerinde sorun yaratan bazı durumlarla da karşılaşmış oldum ve bunları çözebilme aşamasında, her öğrenciye uygun bir eğitim metodunun, bir eğitmenin sahip olması gereken en önemli kriterlerden birisi olduğunu da anladım.

Bir bale eğitmeni açısından, müfredat öğretimi dışında, bale derslerinde karşılaşılacak olası zorluklar elbette olacaktır. Burada asıl olan, öğreticinin yalnızca öğreteceği bu müfredat ve kombinasyonlara odaklanmaması, aynı zamanda üstlendiği eğitimci rolü ile öğrencileri ile en doğru ve etkileyici iletişimi kurabilme becerisini sağlamasıdır. Başarı ancak bu şekilde gelebilir.

KAYNAKÇA

BAZAROVA, N., MEY V.: 1987	Alphabet of Classical Dance , Dance Books, UK.
CAVALLI, H.: 2001	Dance And Music , University Press of Florida, Gainesville, FL.
CHAPMAN. K.: 1998	Major Examination Syllabus Elementry For Girls And Boys , Royal Academy of Dancing.
CLARKE, M., VAUGHAN D.: 1977	The Encyclopedia Of Dance / Ballet , Peerage Books, London.
CONCAH. M.: 1998	Major Examination Syllabus Intermediate For Boys , Royal Academy of Dancing. CRAMER MUSIC INC, Ballet Music , London.
DICKSON-PLACE, G.: 1998	Major Examination Syllabus – Pre-Intermediate For Boys Royal Academy of Dancing Copyright.
FOSTER, R.: 2010	Ballet Pedagogy / The Art of Teaching , University Press of Florida, Gainesville, FL.
GRANT, G.: 1995	Bale Sözlüğü , Çev. İnci Kurşunlu, İstanbul.
HOWELL, L. A.: 2010	The Perfect Point Book , USA.
HUBLER, E. : 1983	Rythmes De Danse .
IZAGUIRRE, M., P.: 2014	The Piano Music In The Ballet Class, Degree Project, Master Of Fine Arts In Music , Music Theory, University Of Gothenburg.

KOSTROVITSKAYA, V. , PISAREV A.:, 1995	School of Classical Dance , Dance Books, UK.
LOMBA, H.: 1956	Choix De Musique De Danse , Editions Henry Lemoine, Paris, MILES MUSIC INC. Traditional Technique Music For Ballet Exercises Grades I, II, III. New York.
Mac LACHLAN, ELIZABETH N.: 1998	A Ballet Pianist's Handbook , Master Of Art Thesis, George Mason University, s.162.
MINDEN, E. G.: 2005	The Ballet Companion , Fireside, Newyork.
PAWLICK, C. E.: 2011	Vaganova Today/ The Preservation of Pedagogical Tradition , University Press of Florida, Gainesville, FL.
ROYAL ACADEMY OF DANCING, 1993	Higher Grades Examination Syllabus Music Grade 6.
ROYAL ACADEMY OF DANCE ENTERPRISES LIMITED, 1993	Alternative Music For Grade 4-5.
ROYAL ACADEMY OF DANCE ENTERPRISES LIMITED, 2008	Primary In Dance – Examination And Class Award – Male Female.
WHITE, J.: 2009	Advanced Principles in Teaching Classical Ballet , University Press of Florida, Gainesville, FL.
WARREN, G.W.:1989	Classical Ballet Tecnique , University Press of Florida, Gainesville.

WHITE,J.:1996	Teaching Classical Ballet , University Press of Florida, Gainesville,FL
WONK, Y.,S.,: 2011	The Art Of Accompanying Classical Ballet Technique Classes , Doctor of Musical Art Essay, The University of Iowa.
VAGANOVA, A.:1969	Basic Principles of Classical Ballet , Dover Publications,Inc., Newyork.