

## Battement tendu pour le pied (double battement tendu)

Это движение способствует укреплению подъема стопы и пальцев, развивает силу, упругость ахиллова сухожилия. (Музыкальный размер: 4/4.

Изучается на два такта, по усвоении— на один такт, сначала с опусканием пятки во II позицию, затем с опусканием пятки, во II позицию и demi-plié.

И. п. — V позиция, правая нога впереди, боком к палке.

За тактом, на 2/4 — preparation руки во II позицию.

Раз-и — работающая нога отводится в сторону II -позиции, соблюдая правила battement tendu.

Два-и — пятка работающей ноги опускается на пол; стопа прямая; мышцы обеих ног остаются вытянутыми, ноги выворотны; Ц. т. на опорной ноге.

Три-и — подъем работающей ноги вытягивается, нога касается носком пола.

Четыре-и — работающая нога возвращается в и. д.

Движение может исполняться с двукратным и более опусканием пятки на пол.

Вариант исполнения Battement tendu pour le pied

И. и. — вышеизложенное.

Раз-и — (работающая нога по правилам battement tendu отводится во II позицию на носок.

Два-и — работающая нога вместе с опорной исполняют demi-plié; корпус прямой, подтянут; Ц. т. в demi-plié равномерно распределен на обе ноги (при первоначальном изучении рука остается во II позиции, голова en face).

Три-и — подняться из demi-plié, передав и. т. на опорную ногу; работающая нога вытягивается на носок.

Четыре-и — работающая нога возвращается в V позицию. Движение выполняется на упругих мышцах. Demi-plié следует делать после того, как пятка работающей ноги коснется пола (колени работающей ноги не должны сгибаться раньше времени). Рука включается в работу после того, как изучен этот вид battement tendu demi-plié. Во время исполнения demi-plié рука подводится в I позицию немного снизу (если работает правая рука, голова наклонена к левому плечу}. Когда ноги поднимаются из demi-plié, рука раскрывается во II позицию, голова поворачивается направо.

Далее эти два вида battement tendu изучают с отведением ноги на «затакт».

И — отвести ногу в сторону.

Раз — пятка работающей ноги опускается на пол, и сразу — demi-plié на. обеих ногах.

И — работающая нога вытягивается в подъеме, и ноги возвращаются из demi-plié.

Два-и — работающая нога заканчивает движение в V позицию. Темп медленный.

Источник: Звездочкин В.А. Классический танец: учебное пособие для студентов высших и средних учебных заведений искусств и культуры. - Ростов н/Д: «Феникс», 2005