**2019-2020 EĞİTİM-ÖĞRETİM YILI**

**YARI ZAMANLI BALE ANASANAT DALI EĞİTİM PROGRAMI**

**KLASİK BALE**

Vaganova Klasik bale müfredatı esas alınarak başlanılan bale eğitimi için ilk hedef öğrencilerin hareketleri doğru bir biçimde yerleştirebilmesi için temel pozisyon ve duruşa sağlıklı bir şekilde sahip olmalarıdır. Daha sonra öğrencilerin nitelik ve seviyelerine göre öğretici doğru zamanlama ile eğitimi yönlendirmektedir.

İLKÖĞRETİM 1

Bu sınıfın esas amacı barda egzersiz ve duruş pozisyonlarının belirlenmesidir. Öğretilen hareketler iki el barda çalışılır. Hareketlerde, bacakların, bedenin, kolların ve başın yerleştirilmesi çok önemlidir. Barda allegroların ilk uygulamaları öğretilir.

Uygulanacak müfredattaki temel hareketler;

* + Barre
* Ayak pozisyonları ( I. , II. , III. , V. , VI. )
* Kol pozisyonları ( Hazırlık, 1. , 3. , 2. ) Barda ve ortada öğretilir.
* Demi Plié I. , II. , III. , V. Pozisyonlarda.
* Grand plié I. , II. , III. , V. Pozisyonlarda.
* Battement tendu:

-I. Pozisyonda yana, öne, arkaya;

-Demi plié ile I. pozisyonda yana, öne, arkaya (II. Dönem)

* Battement Tendu Jete:

-I. pozisyonda yana, öne ve arkaya;

-Demi plié ile I. pozisyonda yana, öne ve arkaya;

* Relevé yarım tabanda I. pozisyonda
* Port de bras arkaya ve yana ( iki el barda )
* Barın üzerinde a la second yana bacak esnetme
  + Orta
* Hazırlık, I. port de bras.
* Sahnenin 8 köşesi.
* Pas de bourréee suivi VI. pozisyonda öne ilerleyerek.
* Bale adımı.
  + Allegro
* Temps saute I. ( iki el barda ).
* Polka, marche, kapalı retire jump; çizgi, diagonal ve dairede koşmanın öğretilmesi.
* Müzik kulağı, ritim ve koordinasyon geliştirici çalışmalar.

**Esneme Egzersizleri**

Kelebek, kurbağa, bel esnetme hareketleri, pointin esnetilmesi, ayakların dışa dönüklüğünün sağlanması için kasların uzatılması ve eklemlerin dışa dönüklüğünü sağlayacak yer egzersizlerinin çalıştırılması.

**Dans Çalışmaları**

Yaş grubuna uygun sahne adımlarına örneklerin öğretilmesi.

İLKÖĞRETİM 2

Bu yıl, bir önceki yıl baleyle tanışan öğrenciler, bardaki hareketleri tek kol ile çalışırlar. Birinci sınıfta öğrenilen tüm egzersizler bu yıl da tekrarlanarak pekiştirilir. Amaç; öğrencilerin vücutlarının kuvvetlenmesi ve hareketlerin tekniklerinin vücutlarına temiz bir şekilde yerleşmesidir.

Uygulanacak müfredattaki temel hareketler;

* + Barre
* Ayak pozisyonları ( I. , II. , III. , IV. , V. )
* Kol pozisyonları ( Hazırlık, 1. , 3. , 2. ) Barda ve ortada öğretilir.
* Demi plié I. , II. , III. , IV. ve V. pozisyonlarda.
* Grand plié I. , II. ve II. dönem IV. ve V. pozisyonlarda.
* Battement tendu:

-I. pozisyonda yana öne arkaya;

* Battement tendu jete:

-I. pozisyonda yana, öne, arkaya;

-Demi plié ile I. pozisyonda yana, öne, arkaya;

* I. ve III. port de bras.
* Battement retire sur le cou de pied’ en geçerek ve 45 derecede.
* Battement relevé lent 45 derecede I. ve V. pozisyonlarda yana, öne ve arkaya. (Önce 2 el barda olarak)
* Relevé yarım tabanda I. Ve V. pozisyonlarda düz bacakla. (Barda soutenu dönüş için)
* Port de bras arkaya ve yana ( yüz bara doğru ).
* Tramplin zıplama.
* 2 el barda Grand battement.
  + Orta
* I. , II. port de braslar.
  + Allegro
* Temps saute I. pozisyonlarda

**Esneme Egzersizleri**

Kelebek, kurbağa, bel esnetme hareketleri, pointin esnetilmesi, ayakların dışa dönüklüğünün sağlanması için kasların uzatılması ve eklemlerin dışa dönüklüğünü sağlayacak yer egzersizlerinin çalıştırılması.

**Dans Çalışmaları**

Yaş grubuna uygun dans çalışmaları.

İLKÖĞRETİM 3

Bu yıl 1. ve 2. sınıfta öğrenilen hareketlere yeni hareketler de eklenerek çalışılır. Barda öğrenilen bazı egzersizler ortada da çalışılmaya başlanır.

Uygulanacak müfredattaki temel hareketler;

* + Barre
* Demi Plié I. , II. , V. Pozisyonlarda.
* Grand plié I. , II. , V. Pozisyonlarda.
* Battement tendu ;
* Rond de jambe par terre en dehors ve en dedans, ½ rond ile.
* Grand battement I. Pozisyonda tek kol ile.

-Öne, yana, arkaya;

* + Orta
* Önceki yılın tekrarı.
  + Allegro
* Temps saute I., II. pozisyonlarda.
* Sahne adımları, ¾ Vals ile çalışma.

**Esneme Egzersizleri**

Kelebek, kurbağa, bel esnetme hareketleri, pointin esnetilmesi, ayakların dışa dönüklüğünün sağlanması için kasların uzatılması ve eklemlerin dışa dönüklüğünü sağlayacak yer egzersizlerinin çalıştırılması.

**Dans Çalışmaları**

Yaş grubuna uygun dans çalışmaları.

İLKÖĞRETİM 4

Öğrencilerin bedenlerinin kuvvetlenmesi, gelişmesi önceki sınıflarda öğrenilen tüm egzersizlerin barda tekrarları yapılır. Egzersizlerde kombinasyonlar daha karışık şekillerde geliştirilir. Daha önceki yıl öğrenilen hareketler bu yıl V. Pozisyonda; farklı sayı ve artan tekrarlarla uygulanır.

Uygulanacak müfredattaki temel hareketler;

* + Barre
* Adagio hareketi Relevé lent hareketine ek olarak Developpe ile de uygulanır.
* Daha önceki yıllarda öğrenilen hareketlerin tekrarlanmasının ardından iki el barda olarak yapılan relevé hareketinin gelişmesi ve bileklerin güç kazanmasının üzerinde durulur.
  + Orta

Battement tendu en face ve V. Pozisyondan öne, yana, arkaya olarak uygulanır. Demi plié ile kombinasyon yapılır.

III. Port de bras öğretilir.

* + Allegro
* Temps saute V. pozisyonda.
* Petit changement de pied.
* Sahne adımları tabanda ve yarı tabanda, sahne performanslarına hazırlık olarak farklı yönlere ve sayılarla çeşitlendirilir.
* Pas courru.

**Esneme ve Güçlendirme Egzersizleri**

Kelebek, kurbağa, bel esnetme hareketleri, pointin esnetilmesi, ayakların dışa dönüklüğünün sağlanması için kasların uzatılması ve eklemlerin dışa dönüklüğünü sağlayacak yer egzersizlerinin çalıştırılması. Vücut kaslarının güç kazanmasına yönelik egzersizler yaptırılır.

**Dans Çalışmaları**

Yaş grubuna uygun dans çalışmaları.