

VLAAMSE GEMEENSCHAP

MINISTERIE VAN ONDERWIJS

DEELTIJDS KUNSTONDERWIJS

STUDIERICHTING DANS

MINIMUMLEERPLAN

ALGEMENE ARTISTIEKE BEWEGINGSLEER
EN ARTISTIEKE TRAINING
LAGERE GRAAD - JONGEREN

juli 1990

DEELTIJDS KUNSTONDERWIJS

STUDIERICHTING DANS

MINIMUMLEERPLAN

ALGEMENE ARTISTIEKE BEWEGINGSLEER
EN ARTISTIEKE TRAINING

LAGERE GRAAD / JONGEREN

INHOUDSOPGAVE

Inleiding	2
A. Algemene doelstellingen	3
B. Leerinhoud	
Enkele bemerkings vooraf	7
Algemene artistieke bewegingsleer	9
Artistieke training	10
Leerstof	
1° jaar	11
2° jaar	16
3° jaar	22
4° jaar	29
C. Evaluatie 4e jaar	37
Bijlage 1	38
Bijlage 2	40

INLEIDING

Leerstof spreiden, progressief overdragen en artistiek laden, zodanig dat het kind zich de discipline, norm en stijl kan eigen maken, is het hoofdprobleem in het dansonderricht.

Dit leerplan wil een leidraad zijn, die aanleunend bij de historische gegevens (cfr. bijlage 1) de leerstof plaatst binnen de pas verworven structuur van het dansonderwijs.

Het wil de leraar vertrouwd maken met begrippen als algemene artistieke bewegingsleer en artistieke training, daar waar hij tot nu toe het begrip ballet gebruikte.

Het leerplan is een minimum leerplan dat voldoende ruimte laat voor een muzikaal en esthetisch lesverloop. Het accent op artistieke training (cfr. bijlage 2) waarborgt het verwerven, fixeren en conserveren van de leerstof binnen een artistieke vormgeving.

De leerstof van de lagere graad dient vooral gezien te worden met betrekking tot voldoende ervaring van de ruimte- en tijdsdimensie en de ontwikkeling van een correcte lichaamsplaatsing.

A. ALGEMENE DOELSTELLINGEN

1. BEWEGINGSONTWIKKELING

Fysiomorfolologisch

- functioneel maken van spieren, pezen en gewrichten in de richting van dans.
- verhogen van de fysieke basisconditie (lenigheid, kracht, weerstand, snelheid, uithouding).

Psychomotorisch

- ontwikkelen van lichaamsbesef op het niveau van houdingsbewustzijn en besef van eigen bewegingscapaciteiten.
- ontwikkeling van bewegingsbesef :
 - . tot bewustzijn brengen van kinesthetische perceptie
 - . lichaams- en bewegingsvorming vanuit voorgeprogrammeerde structuren : gaan, staan, lopen ...
 - . besef van de spiertonus : kunnen spannen / ontspannen
 - . ontwikkeling van tijdsbesef : ervaring en besef van tempo, ritme, duur, accentuatie

- . ontwikkeling van ruimtebesef :
 - t.a.v. het lichaam : zich leren aanpassen
aan de ruimtenormen
van bewegingspatronen
 - t.a.v. de omgevingsruimte : ervaring en
besef van richting en
ruimtegebruik.
- ontwikkelen van bewegingslokalisatie voor de basis-
bewegingspatronen. (Het begrip basisbewegingspatroon
verwijst naar wat binnen de leerstof oefening wordt
genoemd.)
- ontwikkelen van bewegingscoördinatie : eenvoudige
combinaties van bewegingspatronen met posities van
armen en hoofd op geïntegreerd niveau zowel voor
genormeerde basisbewegingspatronen van de klassieke
dans als daarvan afgeleide bewegingen.
- leren functioneel ademen.

2. PERSOONLIJKHEIDSVORMING

Affectief artistieke ontwikkeling

- behoefte ontwikkeling aan beweging als esthetische
vormgeving.

- ontwikkeling van impressievermogen
 - . uitbreiding van bewegingsbeleving met dansante bewegingservaring
 - . uitbreiding van impressiebronnen d.m.v. muzikale vorming.

- ontwikkeling van expressievermogen
 - . uitbreiding van de eigen bewegingsstijl met genormeerde uitvoeringswijze van de klassieke dans
 - . ervaring van beweging als taal in combinaties en improvisaties
 - . eerste differentiatie in bewegingsvertaling van eigen inhouden
 - . loskomen van statische uitbeeldingen via de geleide improvisaties
 - . ontwikkelen van creatieve bewegingscombinaties.

Cognitieve ontwikkeling

- ontwikkelen van waarnemingsvermogen t.a.v. beweging. Leren onderscheiden van ruimte-tijds-krachtnormen van bewegingspatronen.
- ontwikkelen van concentratievermogen.

- ontwikkelen van geheugen voor bewegingscombinaties.
- ontwikkelen van elementair inzicht in dansbewegingsleer.
- ontwikkelen van creatieve denkprocessen.
- kennis van de bewegingsterminologie van dans voor de bewegingspatronen van de lagere graad.

Attitude-ontwikkeling

- bewuste deelname aan het leerproces.
- kritische ingesteldheid t.a.v. eigen uitvoering.
- doorzetttingsvermogen.

Sociale ontwikkeling

- integratie in een groep.
- leren samenwerken in subgroepen.
- leren omgaan met het bekeken worden, gecorrigeerd worden.
- leren zichzelf manifesteren binnen een danscontext.
- respect voor het lichaam als instrument.
- ervaring van eigenwaarde d.m.v. dans.

B. LEERINHOUD

ENKELE BEMERKINGEN VOORAF

De leerstof is ingedeeld in oefeningen aan de barre en oefeningen in de "milieu", naar analogie met het lesverloop in klassieke dans.

De opeenvolging van de verschillende oefeningen is niet toevallig. De lesgever dient, voor een logische opbouw van de leer- en oefenstof, rekening te houden met de moeilijkheidsgraad en zich niet enkel te baseren op de esthetische vormgeving.

Daarnaast dient hij erover te waken de fysieke belasting van de les juist te doseren (immers overbelasting leidt tot een verzwakking van spieren en ligamenten met mogelijke kwetsuren als gevolg) en evenredig over de verschillende oefeningen te verdelen.

Wanneer de lesgever het nodig vindt om bijvoorbeeld een bepaalde oefening te herhalen als extra inoefening, dan kunnen de volgende oefeningen ingekort worden.

Het aanbrengen van nieuwe oefeningen dient afgewogen te worden tegen de vorderingen van elke specifieke groep leerlingen.

Elke oefening wordt eerst aangeleerd aan de barre en zo snel als het kan (wat uiteraard verschilt van oefening tot oefening en van klasgroep tot klasgroep) ook in de "milieu" uitgevoerd.

Tot slot willen we benadrukken dat de leerstof voortdurend herhaald wordt als oefenstof, niet alleen met het oog op "oefening baart kunst", maar ook omdat de regulariteit aan de basis ligt van de beoogde lichaamsvorming.

De artistieke vorming schuilt in de dansante uitwerking van deze leerstof.

Deze laatste is afhankelijk van de creatieve, muzikale en artistieke capaciteiten van de leerkracht, die deze componenten op een persoonlijke wijze in de lessen dient te integreren.

AABL

- Binnen dit lesuur wordt leerstof aangeboden.

- Deze leerstof is meer dan een systematische opvolging van bewegingspatronen zoals opgesomd in het leerplan.

- Basisbekommernis (tijdens de eerste 4 jaar) is
 - de houdingsbewuste ontwikkeling van het lichaam
 - verkennen van het lichaam met het oog op functionele bewegingen
 - bewegingservaring en handelingsinzicht in de basiselementen van de bewegingsdiscipline
 - dit alles verworven binnen een artistieke context

- basisinzicht in de componenten van de muzische (dikwijls muzikale) context (zoals metrum, ritme, accentuatie, enz..) die een inspirerende en ondersteunende functie hebben voor de bewegingsleerstof
 - elementen van de ruimte verkennen : lichaam t.o.v. ruimte / ruimte-tijd
- De wijze van aanbieding van de leerstof is gericht op het bewust leren waarnemen (aandacht richten, normen expliciteren) en vaststellingen ordenen (essentiële bewegingslokalisatie) van bewegingspatronen.
 - De wijze van begeleiding is gericht op het leren verwerven van besef en controle over het lichaam bij de uitvoering.

AT

- Binnen dit lesuur valt de nadruk op toepassing en integratie van de leerstof verworven in de AABL.
- Nadruk wordt gelegd op het belevingsaspect door de leerstof van AABL (en later van KD) als oefenstof aan te bieden in elementaire combinaties.
- Deze wekelijkse training dient voor de fixatie en conservatie van de leerstof en beoogt de stabiliteit en vormaanpassing van het lichaam.

- De artistieke vormgeving kan tijdens dit lesuur verder gedifferentieerd worden, zowel door creatieve aanwending van muzische (inspirerende) elementen als van de oefenstof in steeds wisselende combinaties (dansante uitwerking van de leerstof).

- Enerzijds werkt men aan uitbreiding van de belevingswereld door toevoeging van bewegingsbetekenis (dansante ervaring).
Anderzijds komt de nadruk te liggen op ontwikkeling van de uitdrukkingsmodaliteiten door middel van beweging (persoonlijke wijze van aanpassing aan het karakter van de beweging).

Om de correcte uitvoering gemakkelijker te maken, worden de oefeningen eerst face à la barre aangeleerd.

Als men deze oefeningen kent, gaat de studie verder met één hand aan de barre.

Voor een goede ontwikkeling van de en-dehors worden de reeksen oefeningen eerst à la seconde aangeleerd, later en avant en en arrière.

BARRE

Muzikale begeleiding

I. BASISPOSITIES

1. Placement (uitgangspositie)

2. De posities van de voeten

1e positie

2e positie

4 maten in 4_4

of

8 maten in 3_4

3. De posities van de armen

bras bas

1e positie

3e positie

2e positie

4 maten in 4_4

of

8 maten in 3_4

De 2e positie wordt als laatste aangeleerd omdat ze de moeilijkste is.

In het begin worden de posities van de armen au milieu aangeleerd zonder aandacht te schenken aan de posities van de voeten.

II. BASISBEWEGINGSPATRONEN

- | | |
|---|--|
| 1. <u>Demi-plié</u>
in 1e en 2e positie | 2 maten in 4_4 |
| 2. <u>Battement tendu simple</u>
in 1e positie à la seconde,
en avant en en arrière | 2 maten in 4_4
later
1 maat in 4_4 |
| 3. <u>Battement tendu met demi-plié</u>
in 1e positie à la seconde,
en avant en en arrière
(op eerste maat battement tendu,
op tweede maat demi-plié) | 2 maten in 4_4
later
1 maat in 4_4 |
| 3. <u>'Battement tendu met gewichts-
verplaatsing</u>
in 1e positie à la seconde | 2 maten in 4_4
later
1 maat in 4_4 |
| 4. <u>Passé par terre</u>
door 1e positie
en avant en en arrière | 2 maten in 4_4
later
1 maat in 4_4 |
| 5. <u>Rond de jambe à terre</u>
met telkens kwart cirkel | 2 maten in 4_4
later
1 maat in 4_4 |

6. Battement tendu jeté 2 maten in 2_4
in le positie à la seconde,
en avant en en arrière
7. Battement relevé lent op 45° 2 maten in 4_4
à la seconde,
en avant en en arrière
8. Battement tendu jeté pointé 1 maat in 4_4
in le positie, à la seconde
en avant en en arrière
9. De positie van de voet sur le 1 maat in 4_4
cou-de-pied
later
devant en derrière (basispositie)
Om te beginnen wordt dit ingestu-
deerd vanuit een houding waarin
het been en dehors wordt gedraaid,
à la seconde tendu pointé,
later vanuit een positie voor en
achter
9. 'Battement frappé 1 maat in 4_4
à la seconde, pointé à terre
10. Levé du pied 1 maat in 4_4
vanuit le positie
(voorbereiding tot sprong -
afdruk van de voet)
11. Voorbereiding ramassé 2 maten in 4_4

12. Relevé naar demi-pointe
in 1e en 2e positie

1 maat in 4_4
of
2 maten in 2_4
of
4 maten in 3_4

MILIEU

Deze oefeningen zijn dezelfde als aan de barre,
maar met het volgende eraan toegevoegd :

1. Punten in de zaal, 1-8

Men beoogt de kennis van de
richtingen, dit als voorbereiding
op épaulement en de poses.

2. 1e en 2e port de bras

2 maten in 4_4
of
4 maten in 3_4

3. Temps lié par terre
enkel à la seconde

4 maten in 4_4
of
8 maten in 3_4

4. Pas balancé
(walspas)

trage 3_4

5. Pas de polka

in 2_4

SPRONGEN

De sprongen kunnen eerst face à la barre ingestudeerd worden.

1. Temps levé
in 1e en 2e positie
1 maat in $\frac{4}{4}$
later
1 maat in $\frac{2}{4}$

2. Pas échappé
(petit échappé)
vanuit 1e positie
naar 2e positie
2 maten in $\frac{4}{4}$
later
1 maat in $\frac{4}{4}$

3. Pas assemblé
à la seconde
- op 1e kwart, plié
- op 2e kwart, glijdt de bal
van de voet van het aktiebeen
naar de 2e positie pointé à terre
- op 3e kwart, sprong met samen-
brengen van de benen in 1e positie
en eindigen in demi-plié
- op 4e kwart, de knieën strekken in
1e positie
later
- op 1e kwart, demi-plié
- op 2e kwart, de sprong beëindigen
in demi-plié
- op 3e kwart, de knieën strekken
- op 4e kwart, rust
1 maat in $\frac{4}{4}$

4. Trampoline-achtige sprongen
zoals op een springplank
elke sprong in
 $\frac{1}{4}$

LEERSTOF TWEEDE JAAR

Het is duidelijk dat de leerstof van het 1e jaar oefenstof wordt voor het 2e jaar (dus herhaald en bijgewerkt wordt), en met 1 hand aan de barre uitgevoerd.

BARRE

Muzikale begeleiding

I. BASISPOSITIES

1. De positie van de voeten 4 maten in 4_4
3e positie (vanaf nu worden alle of
oefeningen die er zich toe lenen, 8 maten in 3_4
zowel reeds gekende als nieuwe,
bij voorkeur vanuit 3e positie
gedaan)

II. BASISBEWEGINGSPATRONEN

1. Grand plié 2 maten in 4_4
in 1e, 2e, 3e positie

- | | |
|---|---|
| <p>2. <u>Battement tendu pour le pied</u>
 in le positie
 later in 3e positie
 double battement tendu in
 2e positie en
 double battement tendu met
 demi-plié</p> | <p>2 maten in 4_4
 later
 1 maat in 4_4</p> |
| <p>3. <u>Battement tendu jeté met demi-plié</u>
 in le positie en 3e positie
 à la seconde,
 en avant en en arrière</p> | <p>2 maten in 4_4
 later
 1 maat in 4_4</p> |
| <p>4. <u>Rond de jambe à terre</u>
 en dehors en en dedans</p> | <p>2 maten in 4_4
 later
 1 maat in 4_4</p> |
| <p>5. <u>Battement frappé</u>
 en croix
 eerst pointé à terre
 in de 2e helft van het jaar
 op 22.5°</p> | <p>1 maat in 4_4
 later
 1 maat in 2_4</p> |
| <p>6. <u>Battement fondu à la seconde</u>
 en avant en en arrière
 in het begin pointé à terre
 in de 2e helft van het jaar
 op 45°
 (niet met relevé naar demi-
 pointe)</p> | <p>2 maten in 4_4
 later
 1 maat in 4_4</p> |
| <p>7. <u>Battement retiré</u>
 deze oefening wordt uitgevoerd
 vanuit 3e positie en moet terug
 sluiten voor of achter</p> | <p>2 maten in 2_4
 later
 1 maat in 2_4</p> |

8. Battement relevé lent 90° 2 maten in 4_4
en croix
9. Battement développé op 45° 2 maten in 4_4
à la seconde enluit voor of
en avant en en arrière achter
de beweging à la seconde en en
arrière wordt eerst face à la barre
aangeleerd
de beweging en avant wordt met één
hand aan de barre ingestudeerd
10. Grand battement jeté 1 maat in 2_4
vanuit 1e en 3e positie
à la seconde,
en avant en en arrière
de beweging à la seconde en en
arrière wordt eerst face à la
barre aangeleerd
de beweging en avant wordt met
één hand aan de barre ingestu-
deerd
11. Cambré 2 maten in 4_4
en arrière en de côté of
face à la barre in 1e positie 2 maten in 3_4
ingestudeerd aan het einde van
de barre-oefening - via high arch
12. Relevé naar demi-pointe, 1 maat in 4_4
met balance
in 1e, 2e en 3e positie
13. Pas de bourrée changé 1 maat in 4_4
en dehors en en dedans later
ingestudeerd face à la barre 1 maat in 4_4

MILIEU

Deze oefeningen zijn dezelfde als aan de barre,
maar met het volgende eraan toegevoegd :

1. Epaulement
naar punten 2 of 8
eerst wordt het begrip épaulement
uitgelegd

2. 3e port de bras
in opbouw
2 maten in 4_4
of
4 maten in 3_4

3. Pose croisé en effacé
eerst wordt het begrip petite
en grande pose van de armen
uitgelegd,
later worden de poses devant en
derrière in tendu pointé ingestu-
deerd,
daarna 1e, 2e en 3e arabesque
pointé à terre
2 maten in 4_4
of
4 maten in 3_4

4. Pas glissade
vanuit le positie
enkel de côté
in 4_4

5. Pas de bourrée changé
en face
en dehors en en dedans
1 maat in 4_4
later
1 maat in 3_4

6. Pas de basque à terre 2 maten in 3_4
 en face
 en avant
7. Vorbereiding draai
 hoofdoefening
 (kan als verplaatsingspatroon uit-
 gevoerd worden, vb. polka en tournant)

SPRONGEN

1. Temps levé 1 maat in 4_4
 in 3e positie of
 1 maat in 2_4
2. Sissonne simple 1 maat in 4_4
- op 1e kwart, demi-plié
 - tussen 1e en 2e kwart, springen
 3e positie (afdruk 2 voeten)
 - 2e kwart, neerkomen in demi-plié,
 voet cou-de-pied devant
 - 3e kwart, voet neerbrenge in 3e
 positie in demi-plié
 - 4e kwart, opstrekken
- later :
- 3e kwart, na het glijden van de
 teen over de grond voorwaarts,
 assemblé sluiten, 3e positie demi-
 plié
 - 4e kwart, opstrekken

3. Changement de pieds 1 maat in 4_4
later
2 tot 3 sprongen
elk in 1_4
4. Pas Assemblé 1 maat in 4_4
à la seconde en devant
5. Pas jeté 1 maat in 4_4
(petit jeté)
enkel à la seconde
- op 1e kwart, demi-plié
 - op 2e kwart, met de tenen à la seconde in een 2e positie pointé à terre glijden
 - op 3e kwart, vanaf het linker been springen en aankomen op het rechterbeen in demi-plié, linkervoet sur le cou-de-pied devant of derrière
 - op het 4e kwart, de benen in 3e positie strekken

LEERSTOF DERDE JAAR

De leerstof van het 1e en 2e jaar wordt oefenstof voor het 3e jaar en in 5e positie uitgevoerd.

Vanaf het 3e jaar worden de herhaalde uitvoeringen van de oefeningen veelvuldiger en het tempo wordt opgedreven.

In het 3e jaar begint tevens de elementaire studie van de gemakkelijkste "en tournant" beweging.

Vanaf nu wordt bijzondere aandacht besteedt aan het ontwikkelen van de voet en de cou-de-pied.

BARRE

Muzikale begeleiding

I. BASISPOSITIES

1. De posities van de voeten 4 maten in 4_4
5e, 4e voor de 1e positie of
eerst wordt de 5e positie, 8 maten in 3_4
dan de 4e positie, voor de 1e
positie aangeleerd
zodra de 5e positie gekend is
worden alle oefeningen, die
er zich toe lenen, zowel reeds
gekend als nieuwe, bij voorkeur
vanuit 5e positie gedaan

1. '4e positie voor de 5e positie

II. BASISBEWEGINGSPATRONEN

1. Grand plié
in 5e en 4e positie 2 maten in 4_4
2. Battement tendu met gewichts-
verplaatsing door 4e positie
en temps li  1 maat in 4_4
3. Préparation voor rond de jambe
  terre
en dehors en en dedans 1 maat in 4_4
4. Passé op 90 
devant, derrière en   côté 1 maat in 4_4
5. Battement frappé
voorbereiding double frappé
  la seconde 1 maat in 4_4
later
1 maat in 2_4
6. Petit battement sur le cou-de-pied
de beweging is vloeiend 1 maat in 4_4
later
1 maat in 2_4
7. Ballonné à la seconde op 45 
(voorbereiding rond de jambe
en l'air) 1 maat in 4_4
later
1 maat in 2_4
8. Battement développé op 90  2 maten in 4_4
9. Attitude
aanleren face à la barre 2 maten in 4_4

10. Battement soutenu 2 maten in 4_4
à la seconde, pointé à terre
later
en avant en en arrière 1 maat in 4_4
aangeleerd langs cou-de-pied
positie devant en derrière
ingestudeerd à plat, in de 2e
helft van het jaar op demi-pointe
11. Relevé naar demi-pointe 1 maat in 4_4
in 5e en 4e positie
met balance
12. Halve draai in 5e positie met 1 maat in 4_4
met wisselen van voet
op demi-pointe
zonder en met demi-plié
13. Préparation voor pirouette 1 maat in 4_4
balance
14. Pas de bourrée suivi 2 maten in 4_4
op demi-pointe of
vanuit 5e positie 2 maten in 3_4
 $\frac{1}{8}$ voor elke
beweging
15. Derde port de bras 2 maten in 4_4
deze beweging wordt uitgevoerd
als slot voor de rond de jambe
à terre of in combinatie met
andere bewegingen
16. Tombé en coupé 1 maat in 4_4
vanuit en naar een demi-pointe
positie (uitgevoerd na battement
frappé en petit battement)

17. Pas de bourrée sans changé
face à la barre
verplaatsing van de ene zijde
naar de andere
pointé à terre
later op 45°

MILIEU

Dezelfde oefeningen als aan de barre,
en face en eventueel met épaulement.

1. 3e port de bras 2 maten in 4_4
of
4 maten in 3_4
1. 'Pose écarté 2 maten in 4_4
petite en grande pose van de armen
met tendu pointé ingestudeerd
2. Battement tendu elke beweging
in de petites poses croisées,
effacées in 1_4
devant en derrière
- in 1e, 2e en 3e arabesque
pointé à terre
3. Battement tendu jeté elke beweging
in de petites poses croisées,
effacées in 1_4
devant en derrière

4. Relevé naar demi-pointe 2 maten in 4_4
in 4e positie croisée, effacée
met gestrekte benen en of
vanuit demi-plié 4 maten in 3_4
5. Temps lié par terre 4 maten in 4_4
devant en derrière of
8 maten in 3_4
6. Pas glissade 1 maat in 4_4
en avant, en arrière, en face
in de 2e helft van het jaar
in de petites poses croisées,
effacées
7. Pas de basque à terre 2 maten in 3_4
en face
en arrière
8. Het elementaire adagio 16 maten of
met reeds geleerde poses inge-
bouwd, arabesque, battement meer in 4_4
développé en battement relevé lent
9. Pas de bourrée sans changé 1 maat in 2_4
de verplaatsing van de ene zijde of
naar de andere 1 maat in 3_4
en avant en en derrière
pointé à terre
later op 45°
10. Préparation voor pirouette elke stap in 1_8
pas de bourrée suivi en tournant,
ter plaatse om je eigen as
draaien in 5e positie op demi-pointe

SPRONGEN

- | | |
|---|---|
| <p>1. <u>Temps levé</u>
in 5e en 4e positie</p> | <p>1 maat in 4_4
later
1 maat in 2_4</p> |
| <p>2. <u>Temps levé op 1 been</u>
dit na sprongen die eindigen op 1
been : positie sur le cou-de-pied
of een open positie op 45° en 90° ;
kan herhaalde malen worden gedaan
in deze bepaalde pose</p> | <p>1 maat in 2_4</p> |
| <p>3. <u>Pas assemblé</u>
derrière
eerst ingestudeerd en face
in de 2e helft van het jaar in
de petites poses croisées en
effacées</p> | <p>1 maat in 2_4</p> |
| <p>4. <u>Petit en grand changement de pieds</u></p> | <p>1 maat in 2_4
en
1 maat in 4_4</p> |
| <p>5. <u>Grand échappé</u>
naar 2e positie</p> | <p>2 maten in 4_4
later
1 maat in 4_4</p> |
| <p>6. <u>Petit échappé naar 2e positie</u>
terug op één been en met de
andere voet sur le cou-de-pied
devant of derrière</p> | <p>1 maat in 4_4
later
1 maat in 2_4</p> |

7. Pas jeté 1 maat in 4_4
8. Sissonne simple 1 maat in 4_4
met assemblé derrière
9. Sissonne fermée 1 maat in 4_4
à la seconde,
en avant en en arrière
en face
10. Sissonne ouverte 1 maat in 4_4
à la seconde,
en avant en en arrière
en face
pointé à terre
later op 45°
11. Petit en grand échappé 1 maat in 4_4
naar 4e positie later
en face 1 maat in 2_4

LEERSTOF VIERDE JAAR

De leerstof van de vorige 3 jaar wordt oefenstof voor het 4e jaar, en waar mogelijk uitgevoerd sur demi-pointe. Vanaf het 4e jaar wordt begonnen met de studie van de pirouette sur le cou-de-pied.

BARRE

Muzikale begeleiding

BASISBEWEGINGSPATRONEN

1. Volledige draai
op beide benen
op demi-pointe
naar de barre toe of
van de barre weg
1 maat in 4_4
op het einde van
het jaar
1 maat in 4_4
2. Petites poses croisées,
pointé à terre, op een gestrekt
standbeen en in demi-plié devant
en derrière
naar goeddunken van de leraar kunnen
deze aangeleerd worden bij het be-
eindigen van bepaalde oefeningen
in 4_4 of 3_4

3. Battement tendu 1 maat in 4_4
in de petites poses croisées,
effacées en écartées
4. Battement tendu jeté 1 maat in 4_4
in de petites poses croisées,
effacées en écartées
5. Battement tendu jeté 1 maat in 4_4
met gebruik van de instep voor
het aktiebeen (flex voet en
strek)
25° à la seconde
en avant en en arrière
6. Rond de jambe à terre in demi-plié 2 maten in 4_4
en dehors en en dedans
7. (Voorbereiding)
Grand rond de jambe porté 4 maten in 4_4
en dehors en en dedans
ingestudeerd op 45°
8. Rond de jambe en l'air 1 maat in 4_4
en dehors en en dedans
later
1 maat in 2_4
9. Battements doubles frappés 2 maten in 4_4
à la seconde,
later
en avant en en arrière
1 maat in 4_4
pointé à terre
in de 2e helft van het jaar
op 22.5°
10. Battement frappé op demi-pointe 1 maat in 2_4
en croix

11. Battement soutenu 1 maat in 4_4
 uitgevoerd in alle richtingen
 en face en in de poses croisées,
 effacées en écartées
 pointé à terre
 later op 45°
12. Battement fondu 1 maat in 2_4
 op demi-pointe
 en croix
13. Battement fondu tombé 2 maten in 2_4
 à la seconde,
 en avant en en arrière
14. Ballonné 1 maat in 4_4
 en croix
 later
 1 maat in 2_4
15. Halve draai op één been 2 maten in 2_4
 met de voet sur le cou-de-pied
 en dehors en en dedans
 à plat
 later met relevé naar demi-pointe
 tweede 2_4
16. Tombé met een halve draai 2 maten in 2_4
 met wisselen van de positie van
 de voet sur le cou-de-pied voor
 of achter
 en dehors en en dedans
 tweede 2_4
 (mogelijk
 gecombineerd
 met andere
 oefeningen)
17. Petit battement sur le cou-de-pied 1 maat in 2_4
 op demi-pointe

18. Battement tendu pour batterie 1 maat in 2_4
 deze battement wordt enkel aan
 de barre als aparte oefening
 uitgevoerd
 later in combinatie met
 petit battement sur le cou-de-pied
 wanneer deze oefening apart wordt
 ingelast, komt ze op het einde
19. Assemblé soutenu 1 maat in 4_4
 later en tournant
20. 1/2 en 1 pirouette 1 maat in 4_4
 (sur le cou-de-pied)
 vanuit 5e positie
 en dehors
21. 3e port de bras 2 maten in 4_4
 ingestudeerd met het standbeen
 in demi-plié, en het aktiebeen
 en avant of en arrière pointé
 à terre
22. Préparation en 1 pirouette 1 maat in 4_4
 petit développé à la seconde
 op 45°
 vanuit 2e positie

MILIEU

De oefeningen zijn dezelfde als aan de barre, en face en met épaulement, maar zonder demi-pointe te gebruiken.

1. 4e en 5e port de bras
petit 6e port de bras
2 maten in 4_4
of
4 maten in 3_4
2. Arabesque
1e, 2e, 3e, 4e arabesque
in combinatie met port de bras
in 4_4 of 3_4
3. Battement tendu en
battement tendu jeté
in de petites poses en grandes
poses croisées, effacées en écartées
in 1e, 2e en 3e arabesque
elke beweging
in 1_4
4. Battement tendu en battement
tendu jeté en tournant
en dehors en en dedans
met achtste draai
uitgevoerd in de 2e helft van
het jaar
in 2_4
5. Battement relevé lent op 90°
in alle richtingen en poses
uitgezonderd de poses écartées
en 4e arabesque
2 maten in 4_4
of
4 maten in 3_4

6. Battement développé op 90°
in alle richtingen en poses
uitgezonderd de poses écartées
en 4e arabesque
- 2 maten in $\frac{4}{4}$
of
4 maten in $\frac{3}{4}$
7. Adagio
bestaande uit de aangeleerde
poses, gecombineerd met draaien,
voeten in 5e positie, pas de
bourrée, enz..
- in de maat van
 $\frac{4}{4}$, $\frac{3}{4}$, $\frac{6}{8}$
8. Rond de jambe à terre en tournant
met achtste draai
ingestudeerd in de 2e helft van
het jaar
- elke draai in
 $\frac{2}{4}$ maat
9. Préparation voor pirouette
vanuit 5e, 2e en 4e positie
en dehors
- vanuit 2e en 4e
positie :
2 maten in $\frac{4}{4}$
vanuit 5e
positie :
1 maat in $\frac{4}{4}$
10. Eén pirouette (sur le cou-de-pied)
vanuit 5e, 2e en 4e positie
en dehors
- vanuit 2e
positie :
2 maten in $\frac{4}{4}$
vanuit 5e
positie :
1 maat in $\frac{4}{4}$
(ingestudeerd 2e
helft van het
jaar)

11. Pas de bourrée ballotté 1 maat in 4_4
croisé en effacé
met verplaatsing
en avant en en arrière
eerst wordt het ingestudeerd met
een rust, pointé à terre
in de 2e helft van het jaar
op 45°

12. Pas de bourrée dessus en dessous 2 maten in 2_4
of
1 maat in 3_4

13. Pas coupé
gebruikt in combinaties

SPRONGEN

1. (Voorbereiding) Soubresaut 1 maat in 4_4
temps levé in 5e positie later
met verplaatsing 1 maat in 2_4
2. Double assemblé 1 maat in 4_4
3. Sissonne in de poses 1 maat in 4_4
1e en 2e arabesque of
op diagonaal 1 maat in 3_4
4. Pas de chat italienne 1 maat in 4_4
later
1 maat in 3_4

5. Petit jeté porté
à côté
in 4_4
later
in 2_4
6. Sissonne tombée
in alle richtingen
in de petites poses
1 maat in 4_4
of
1 maat in 2_4
7. Ballonné
in alle richtingen
in de petites poses en derrière
eerst ter plaatse
in de 2e helft van het jaar
met verplaatsing
1 maat in 4_4
later
1 maat in 3_4
of
1 maat in 2_4
8. Petit changement de pieds
en tournant
met kwartdraai en halve draai
1 maat in 4_4
later
1 maat in 2_4
nadien elke
sprong 1_4

BATTERIE

1. Echappé battu
in 2e positie
1 maat in 4_4
later
1 maat in 2_4
2. Entrechat-quatre
1 maat in 4_4
later
1 maat in 2_4

C. EVALUATIE 4e JAAR

Op het einde van het laatste jaar lagere graad leggen de leerlingen in groep een vierdelig examen af.

- "Barre", bestaande uit volgende oefeningen, uitgevoerd aan afwisselende zijden :

- plié
- battement tendu
- battement tendu jeté
- rond de jambe   terre
- battement fondu
- battement frappé
- rond de jambe en l'air
- adagio
- petit battement sur le cou-de-pied
- grand battement

(Elke oefening wordt slechts aan  en zijde uitgevoerd.)

- "Milieu", bestaande uit volgende oefeningen, in groepen van maximaal 8 uitgevoerd :

- petit adagio
- battement tendu met battement tendu jeté
- battement fondu
- grand battement
- temps sauté met changement de pieds
- pas assemblé met pas glissade
- petit jeté met sissonne simple
- diagonaal met sissonne

(Elke oefening wordt aan beide zijden uitgevoerd.)

- Dansante combinatie, bestaande uit oefenstof van de lagere graad.
- Groet

BIJLAGE 1

ONTWIKKELING VAN HET SYSTEMATISCH DANSONDERWIJS

De grondslag van een systematische dansopleiding werd gelegd in Rusland, zowat 250 jaar geleden, met de stichting van de Balletschool te St. Petersburg (Leningrad 1738).

De Fransman, Jean-Baptiste Landé, was de eerste directeur.

Het opleidingsprogramma besloeg 4 jaren en grote namen als Noverre, Didelot, Valberkh, Saint-Léon en Petipa volgden elkaar op als balletmeesters.

Alhoewel hij als uitgangspunt de basis die Valberkh en Didelot gelegd hadden gebruikte, was het Petipa die de grootste impact had.

Een nieuwe tijd brak aan in 1917 toen deze balletschool werd omgedoopt tot Het Staatsinstituut voor Choreografie te Leningrad.

Klassieke dans werd een afzonderlijke entiteit, een reële discipline, die slechts verworven kon worden na een jarenlang trainingsprogramma.

Het was Agrippina Vaganova (1879-1951), danspedagoge aan de Leningrad School (1921) en later directeur (1934), die de fundamenten van dit programma legde.

Vaganova ontwikkelde een systeem, waarbij zij haar theoretische kennis uit een grondige studie van de ontwikkeling van het klassieke ballet in de 18e en 19e eeuw, en haar praktische kennis vanuit haar samenwerking met Marius Petipa en Enrico Cecchetti, toetste aan haar eigen praktische ervaring.

Haar bevindingen werden vastgelegd in haar boek "Basic Principles of Classical Dance" (1934).

Het was de eerste maal dat de onderrwijservaringen van meerdere generaties, getoetst op praktische resultaten, verenigd werden tot een consistent systeem.

Haar methodiek vormde de grondslag van alle verdere ontwikkeling.

"We behoeden voorzichtig de klassieke dans, maar ik geloof, dat als Didelot, Taglioni of Perrot, die deze kunst aan ons introduceerden, uit het graf zouden herrijzen, zij deze niet meer zouden herkennen. Tijd doet wat hij wil, alles gaat voort en ontwikkelt zich naar perfectie."

(A. Vaganova)

In de geest van hun leermeester werd deze methodiek telkens weer aangepast aan de empirische bevindingen en wetenschappelijke analyses van de onderzoekscentra verbonden aan de Russische balletscholen.

Wanneer we heden ten dage over het Vaganova systeem praten, verwijzen we vooral naar een geperfectioneerd systeem dat qua vorm en inhoud heel wat veranderingen vertoont t.a.v. het oorspronkelijke.

De reden om dit systeem te volgen ligt hem juist in zijn wetenschappelijke waarde, up to date evolutie en constante toetsing op zijn praktische resultaten.

BIJLAGE 2

ONTWIKKELING VAN BEWEGINGSBESEF EN BEWEGINGSVAARDIGHEID VANUIT DE VOORGEPROGRAMMEERDE STRUCTUREN

(VOOR DE LEERLINGEN VAN HET 1e JAAR LAGERE GRAAD)

BEWEGINGSEIGENSCHAPPEN EN VERPLAATSINGSPATRONEN

De verplaatsingspatronen worden in verschillende richtingen uitgevoerd.

- **Stappen**

met port de bras
op demi-pointes
met ritme-oefeningen
uitgevoerd als marchpas

- **Lopen**

Galloppas
Huppelpas - skip
Wisselpas - polka
Pas chassé = als bijtrekpas zijwaarts
Pas assemblé, parallel uitgevoerd
Walspas
Trampoline-achtige sprongen

- **Ritmische oefeningen**

Aanleren van vierde noten
van hele noten
van zestiende noten

Ingestudeerd met klap- en stapoefeningen.

Toepassing bij verschillende verplaatsingspatronen.

- **Improvisatie oefeningen**

Spel invoeren als artistiek gegeven.

De thematiek en inhoud kan door het kind zelf gekozen worden.

Het kind ontwikkelt het zelfbewustzijn, en zijn eigen bewegingscapaciteit;
eigen voorstellingsvermogen om tot processen van beleving en beweging te komen.

De persoonlijke inbreng van de dansleraar is vereist, om in te spelen op de fantasie van het kind, om bewegingsmateriaal aan te brengen, en om het kind bewust te maken van bewegen binnen de muziek.