

KLASISKĀS DEJAS PAMATI PIEAUGUŠAJIEM
Semināra programma

DATUMS	LAIKS	TĒMA	APRAKSTS	NODARBĪBU VEIDS	LEKTORS
20. augusts	10.00– 11.30	Dejotāju sagatavošanas perioda metodika.	Dejotāja koordinācijas attīstība, stabilitātes un stājas pamatprincipi. Kāju izvērsuma un roku pozīciju noteikumi.	teorija + prakse	Vladimirs Ponomarjovs
	11.30– 12.00	Pārtraukums.			
	12.00– 13.30	Dejotāju dotību attīstība, izmantojot koriģējošo vingrošanu.	Ķermeņa nepieciešamās muskulatūras attīstība. Stiepšanās vingrinājumu apgūšana.	teorija + prakse	Vladimirs Ponomarjovs
21. augusts	10.00– 10.45	Dejotāju dotību attīstība, izmantojot koriģējošu vingrošanu /turpinājums/.	Ķermeņa nepieciešamās muskulatūras attīstība. Stiepšanās vingrinājumu apgūšana.	teorija + prakse	Vladimirs Ponomarjovs
	10.45– 11.30	Elementārās mūzikas teorijas pamati.	Mūzikas taktsmēra un ritma klasifikācija, dejotāju muzikalitātes un ritma sajūtas attīstībai.	teorija	Ilona Vižine
	11.30– 12.00	Pārtraukums			
	12.00– 13.30	Klasiskās dejas <i>Exersice</i> pamatprincipi.	Pamata vingrinājumi pie baleta stieņa. <i>plie; battements tendus; battement tendus jetes.</i>	teorija + prakse	Vladimirs Ponomarjovs
27. augusts	10.00– 11.30	Klasiskās dejas <i>Exersice</i> pamatprincipi /turpinājums/.	Pamata vingrinājumi pie baleta stieņa. <i>rond de jambe par terre; battements fondus; battements</i>	teorija + prakse	Vladimirs Ponomarjovs

			<i>frappes; ronde de jambe en l'air.</i>		
	11.30–12.00	Pārtraukums			
	12.00 – 13.00	Klasiskās dejas <i>Exersice</i> pamatprincipi /turpinājums/.	Pamata vingrinājumi pie baleta stieņa. <i>battements releves lent; battements developpes; grands battements jetes.</i>	teorija + prakse	Vladimirs Ponomarjovs
	13.00–13.30	Kombināciju veidošanas principi.		teorija	Vladimirs Ponomarjovs
28. augusts	10.00–11.30	Pamata vingrinājumi zāles vidū.	Mazie lēcieni, pamata pagriezieni, kustības zāles diagonālēs u.c.	teorija + prakse	Vladimirs Ponomarjovs
	11.30–12.00	Pārtraukums			
	12.00–13.30	Pamata vingrinājumi zāles vidū /turpinājums/.	Mazie lēcieni, pamata pagriezieni, kustības zāles diagonālēs u.c.	teorija + prakse	Vladimirs Ponomarjovs
	13.30–14.00	Apliecību izsniegšana.			