

NACIONĀLĀ MĀKSLU VIDUSSKOLA

Profesionālās izglītības kompetences centrs

# RĪGAS BALETA **SKOLA**

## PAS ASSEMBLÉ

METODISKAIS MATERIĀLS

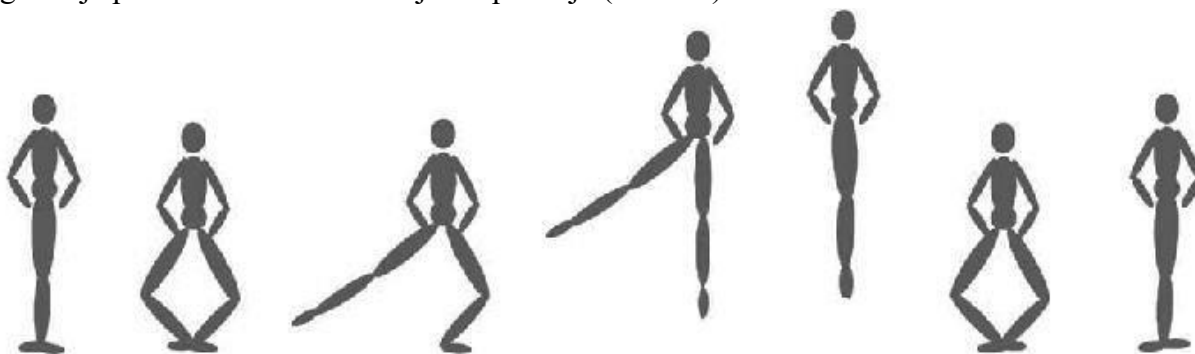
ZANE LIELDIDŽA-KOLBINA

Klasiskās dejā *allegro* sadaļā kustībai *pas assemblée* ir svarīga vieta lēcienu tehnikas attīstībā. Pirms uzsākt mācīties *pas assemblée*, svarīgi apgūt vienkāršākus lēcienus no divām kājām uz divām kājām, kas attīsta kāju locītavu un muskuļu darbības spēku, kā, piemēram, *sauté*, *pas échappé*, *changement de pied*. Šajās kustībās abas kājas darbojas vienādi.

*Pas assemblée* tehniski ir ļoti grūta kustība, tādēļ tās apguvei nepieciešams veltīt nopietnu uzmanību. Tas ir pirmais lēciens, kurā atspēriena brīdī abas kājas darbojas atšķirīgi:

Pirms lēciena uz demi plie V poz. smaguma centrs ir tieši uz divām kājām. Pēc tam pamatkāja izpilda atspēriena kustību uz augšu, bet strādājošā kāja veic slidošu kustību. Galvenais uzdevums ir iemācīties savienot kājas V poz. gaisā. *Pas assemblée* attīsta lēcienu un kustību koordināciju. Šis lēciens *allegro* sadaļā tiek uzskatīts par vissvarīgāko, tāpat kā *battement tendu*, tādēļ tas noteikti jāiekļauj klasiskās dejas treniņstundas lēcienu sadaļā katru dienu. Kustība palīdz vieglāk izprast arī citu lēcienu izpildījuma tehniku. *Pas assemble* daudzveidīgās un sarežģītās formas, apgūst visa astoņu gadu mācību perioda garumā.

Tulkojumā no franču valodas *assemblér* nozīmē „savākt, savienot”. Sekojoši, kustības galvenais uzdevums un arī lielākā grūtība ir prasme pirms lēciena atvērt kāju kādā no virzieniem un lēciena augstākajā punktā savienot abas kājas V pozīcijā (1. attēls).



1. Attēls. *Pas assemblée*

Lai precīzāk izpildītu *Pas assemblée*, jāievēro vairāki svarīgi noteikumi. Vispirms saprotami jāizskaidro audzēkņiem lēciena būtība: kaut arī katrai kājai ir savs uzdevums, tās darbojas kopā. Izpildot kustību, svarīgi, lai saglabātos abu kāju izvērsums visa lēciena laikā atspērienā, gaisā un piezemējoties. Sekot, lai piezemējums nebūtu atslābstošs. Ne mazāk svarīgi lēcienā koordinēt muguras rokas un galvas darbības.

## Mācīšanas secība

- 1) ar seju pret stieni troties ar divām rokām (pēc diviem *assemblée* vajag nedaudz attīstīt no stienā)
- 2) zāles vidū *en face*

Sākuma stāvoklis *en face* V poz. Kreisā kāja priekšā. Rokas sagatavošanās stāvoklī.

Muzikālais sadalījums 2/4

**1-2 demi-plié V pozīcijā**

un – labā kāja pieguļoši slīd pa grīdu izejot caur satāvokli ar nostieptu pirkstgalu grīdā. Vienlaikus ar šo notiek lēciens gaisā divas kājas savienojas - labā kāja aizveras V poz. priekšā. Galva pagriežas pa labi.

**3-4 demi-plié V poz.****5-6 izstiepties V poz.****7-8 pauze.**

Tāpat izmācīties atpakaļ - uzsākt assemble no V poz. ar priekšā stavošo kāju un aiztaisīt to V poz. aiz muguras.

Kāju jāatver tieši II pozīcijā uz sāniem, kāja paceļas tikai lēciena augstumā. Jāseko, lai atspēriens no pamatkājas būtu vertikāls. Sekot, lai pamatkāja paspētu nostiepties, ķermenis būtu pastiepts, pleci nolaisti, galva brīvi pagriežtos un rokas saglabātu sagatavošanās stāvokli un neraustītos.

Sākumā *Pas assemblée* izpilda ar pauzēm, vēlāk var izpildīt pēc kārtas, Kad *assemblée* ir labi apgūts, to var uzsākt arī uz uztakti. Gada beigās kustību uzsāk un pabeidz uz *épaulement*. Bet tas ir nosacīts viegls *épaulement* plecos un galvas pagriezienā, bet kājas saglabā stāvokli *en face*.

Izpildot *Pas assemblée* uz sāniem no V poz. ar kāju aiz muguras, galva pagriežās uz priekšā stāvošās kājas pusi pabeidzot kustību. Savukārt izpildot *Pas assemblée* uz sāniem no V poz. ar kāju priekšā, galva pagriežās uz priekšā stāvošās kājas pusi uzsākot kustību.

Ja audzēkņi labi apgūst kustības sākumposmu uz sāniem, var mācīties arī sarežģītākas formas. *Kustību var* mācīt arī ar kājas atvēršanu uz priekšu vai uz aizmuguri. Vērtīgi kustību trenēt *pas assemblée* uz sāniem atverot un aizverot kāju I pozīcijā.