



## Pausenfüller Unit 7

Hallo Liebe Eltern, liebe Schüler,  
auch diese Woche gibt es etwas Neues. 🤖

(Die Antworten, von letzter Woche findet ihr ganz unten.)

### >> INFO <<

Wir bitten alle Eltern die im Laufe der letzten Woche einen Brief von uns zugeschickt bekommen haben, uns eine E-Mail zu schreiben. Um Sie in Zukunft schnellst möglich mit News über die Ballettschule informieren zu können.

Schreibt uns mit dem Betreff: „Meine E-Mailadresse“

Zu dieser E-Mail-Adresse: [remchingen.ballettschule@gmail.com](mailto:remchingen.ballettschule@gmail.com)

### 1. Wusstet Ihr schon.....

Im Ballett haben die Sprünge einen besonderen Namen, dieser wäre „Allegro“. Wenn ihr euch an eine Frage unser Quiz erinnern könnt, gibt es auch Allegro in verschiedene Sprunghöhen.

Diese wären: Terre à Terre, Petite-, Medium- und Grand Allegro.

Einer der begnadetsten Tänzer, beim Springen war Vaslav Nijinski. Bei Ihm hatte man das Gefühl er bleibt in der Luft stehen.



### Unsere Tipps, wie Ihr euere Sprünge verbessern könnt...

1. Auch wenn wir vor einem Sprung ein Plie machen, bleibt unser Oberkörper gerade.
2. Bei dem Plie beugen wir die Knie, OHNE dass die Nase und der Po „ausbrechen“, um bei dem folgenden Sprung schön vertikal springen zu können.

...Jetzt kann es losgehen, wir springen...

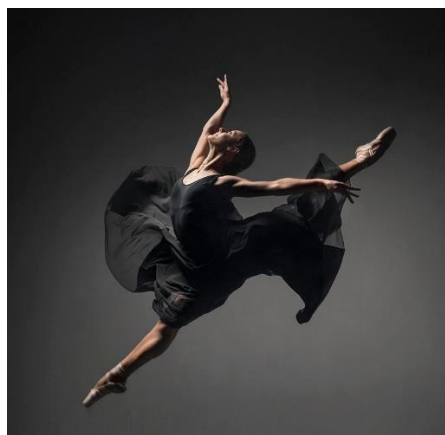
3. In der Luft werden die Knie und Füße gestreckt.  
Allerdings gibt es dabei Ausnahmen wie z.B. Bei einem Pas de Chat.

*Tipp: Um gestreckte Füße in der Luft üben zu können, könnt ihr euch auf den Boden setzen, sodass die Fußsohlen die Wand berühren. Wenn ihr euch jetzt mit den Füßen abstößt, übt ihr genau die Fußbewegung beim Springen machen müsst.*

4. Wir landen wieder in Plie OHNE, dass die Nase und der Po wieder „ausbrechen“.
5. Um nicht wie ein Elefant 🐘 auf dem Boden aufzukommen, müsst ihr die Füße abrollen. D.h. erst die Fußzehen, Fußballen und zu guter Letzt kommt die Ferse auf den Boden.

Der Kinderfilm „Ballerina“ hat das abrollen der Füße ganz toll dargestellt.

Schaut selbst: <https://www.youtube.com/watch?v=f19cjChrVWs>



Allegro (Terre a Terre)

[https://www.youtube.com/watch?v=hAQs\\_rlyCKo](https://www.youtube.com/watch?v=hAQs_rlyCKo)

## 2. Ausmalbilder

Was fehlt denn an diesem Bild?? .... Genau, Farbe!!!!

Lasst eure Kreativität freien Lauf und bemalt die Bilder so bunt es nur geht!!



### 3. Unser Mal Quiz

Heute gibt es mal ein etwas anderes Quiz.

1. Wie sehen unsere Fußpositionen im Ballett aus? Malt diese.
2. Wie sieht ein Retire aus? Malt ein Retire.
3. Wie macht man ein Sautes? Mal ein Sautes.



(Die Auflösung gibt es nächste Woche)

### Achtung Aufgabe!!

Wir probieren es noch einmal. 😊

1. Malt uns ein Bild von euch im Ballettunterricht! (Wenn ihr wollt auch mit einem Gruß an eure Lehrerin oder an die Ballettschule.)
2. Scannt das Bild ein oder fotografiert es ab.
3. Schickt es uns zu, unter dieser E-Mail-Adresse: [remchingen.ballettschule@gmail.com](mailto:remchingen.ballettschule@gmail.com)
4. Wir werden versuchen alle gesendeten Bilder auf unsere Website zu stellen.  
(Bitte, schreibt auf das Bild NICHT euren Namen, nur so können wir Euren Datenschutz gewährleisten.)

Wir erinnern uns an dieses TOLLE Bild, das uns zugeschickt worden ist 😊



Vielen Dank, noch einmal an unsere Künstlerin!



#### 4. Übungsvideos

Ihr vermisst das Tanzen??

Wir auch 😞....

Wir haben für euch Videos gefunden, die unserem Syllabus sehr nahekommen.  
Versucht der netten Schülerin nach zu tanzen, bis die Füße glühen. VIEL SPASS!!!

**Etwas zu lachen:** 😊

<https://www.youtube.com/watch?v=sg4j1Lqsopc>

Queen of Hearts Alice in Wonderland - The Royal Ballet

<https://www.youtube.com/watch?v=Y5ZuM82ukQE>

Ballet Class Primary:

[https://www.youtube.com/watch?v=l\\_m7iL\\_U6HQ](https://www.youtube.com/watch?v=l_m7iL_U6HQ)

Ballet Class Standard/Class One:

<https://www.youtube.com/watch?v=kS53GwAWkUA>

Ballet Class Grade 2:

[https://www.youtube.com/watch?v=ondoA5H35Ao&list=TLPQMjMwMzlwMjBl9SC\\_rERew&index=2](https://www.youtube.com/watch?v=ondoA5H35Ao&list=TLPQMjMwMzlwMjBl9SC_rERew&index=2)

Ballet Class Grade 1:

[https://www.youtube.com/results?search\\_query=ballet+class+grade+1](https://www.youtube.com/results?search_query=ballet+class+grade+1)

Port de Bras for Advanced Students

<https://www.youtube.com/watch?v=Bq2ZCdvJWJ4>

Cecchetti Ballet (Development)

<https://www.youtube.com/watch?v=-EjfGgvsldM>



Mal schauen ob ihr letzte Woche richtig gerätselt habt.

## Lösungen...

### ... von unserem Ballettquiz Unit 6

Leicht: 1b, 2a, 3a

Mittel: 1c, 2b, 3a

Schwer: 1b, 2a, 3a

## Quellenangabe:

[https://www.bing.com/images/search?view=detailV2&id=FF95DF65C03495B95DF6FC64674CE486FDF3B6DE&thid=OIP.p8Nu8egZzXQsT4Z\\_ZvWq0QHaj5&mediurl=http%3A%2F%2F1.bp.blogspot.com%2F\\_LQHycJaqxAI%2FTBVV1EZha3I%2FAAAAAAAAAeQ%2FCELC7Nagz4I%2Fs1600%2FDruet-Nijinsky.L-1.jpg&exph=401&expw=300&q=vaslav+nijinski+&selectedindex=565&ajaxhist=0&vt=0](https://www.bing.com/images/search?view=detailV2&id=FF95DF65C03495B95DF6FC64674CE486FDF3B6DE&thid=OIP.p8Nu8egZzXQsT4Z_ZvWq0QHaj5&mediurl=http%3A%2F%2F1.bp.blogspot.com%2F_LQHycJaqxAI%2FTBVV1EZha3I%2FAAAAAAAAAeQ%2FCELC7Nagz4I%2Fs1600%2FDruet-Nijinsky.L-1.jpg&exph=401&expw=300&q=vaslav+nijinski+&selectedindex=565&ajaxhist=0&vt=0)

<https://www.bing.com/images/search?view=detailV2&id=C3975C10F13D37879D790FE0F63BD83C15F715E0&thid=OIP.UlWsD4c7LYb8PFggziJOHQHaK0&mediurl=https%3A%2F%2Fwww.operundtanz.de%2Farchiv%2F2013%2F01%2Fgrafik%2Ftanz-sprungkraft3.jpg&exph=877&expw=600&q=spr%2Fbcnge+ballett&selectedindex=6&ajaxhist=0&vt=0>

<https://www.bing.com/images/search?view=detailV2&id=0E52203AF43C10A206ABFF380BCECAFC3710A917&thid=OIP.HIXnCMz1tlkcrd9i5aqCgAHaHa&mediurl=http%3A%2F%2Fwww.fensterbilder.edelgrau.de%2Fdownloadbilder-bunt%2Fsonstige-22.jpg&exph=1200&expw=1200&q=Buntstift&selectedindex=58&ajaxhist=0&vt=0>