



Pausenfüller Unit 9 😊

(Die Lösung des letztwöchigen Mal-Quiz findet ihr ganz unten.)

1. Wusstet Ihr schon.....Pirouetten: Tipps und Tricks

Eine Pirouette ist eine Bewegung die aus dem Ballett nicht wegzudenken ist. Natürlich gibt es viele verschiedene Versionen einer Pirouette z.B. Pirouette en dehors, Pirouette en dedans, Fouettes und noch viele, viele mehr. Leider sind Pirouetten nicht einfach, deshalb lernen wir Pirouetten „Step by Step“.

Wer unseren Pausenfüller verfolgt hat, ist bestimmt schon über die Frage gestolpert „Wie viele Köpfe gibt es in einer Pirouette?“. Die Antwort war: „3“. Aber warum, 3??? Diese 3 Köpfe sind wichtig, damit es einer Ballerina beim Drehen nicht schwindelig wird.

Doch warum wird es einem beim Drehen überhaupt schwindelig?

An dem uns bekannten Schwindelgefühl, ist das mit Flüssigkeit gefüllten Gleichgewichtsorgan in unserem Ohr schuld. Diese Flüssigkeit ist beim Drehen langsamer, als die Drehgeschwindigkeit des Köpers und so entsteht das uns zu gut bekannte Gefühl, der Schwindel. Mit unseren 3 Köpfen tricksen wir allerdings unseren Körper aus.

Der 1. Kopf: Um Schwindel zu verhindern, suchen wir uns einen Punkt an der Wand den wir fixieren können. Wir starten mit der Drehung und lassen den Kopf so lang wie möglich an unserem Fixierpunkt stehen.

Der 2. Kopf: Im letzten Moment drehen wir den Kopf auf die andere Schulter um unseren Fixierpunkt schnellst möglich wieder zu finden.

Der 3. Kopf: Ist am Ende einer Pirouette indem wir gerade aus nach vorne zu unserem Fixpunkt schauen.

Slow Motion: Man beachte den Kopf dieses Tänzers

<https://www.youtube.com/watch?v=j8BuCgk50SA>





Wenn die Kopfbewegung funktioniert, lernen wir wie ein Releve passé derriere funktioniert. Bei einem Releve bewegen sich die Fußballen dorthin, an dem zuvor unsere Fersen waren. Sprich wir ziehen in einem Mini „Sprung“ die Fußballen zusammen. Frau Weber vergleicht das Gefühl eines Relevés mit einem Schluckauf. Das Spielbein macht währenddessen ein Releve bzw. ein Releve passé derriere (ein Retire, das hinten schließt).

Wie macht man ein Releve?

https://www.youtube.com/watch?v=T8ae3_Pm5eE

Sobald ihr diese Bewegungen beherrscht, können wir anfangen zu drehen.

Die Bewegung einer Pirouette, einfach erklärt.

https://www.youtube.com/watch?v=9AI5VPQK7_I

32 Fouettes

<https://www.youtube.com/watch?v=nlADfYGc9Vw>





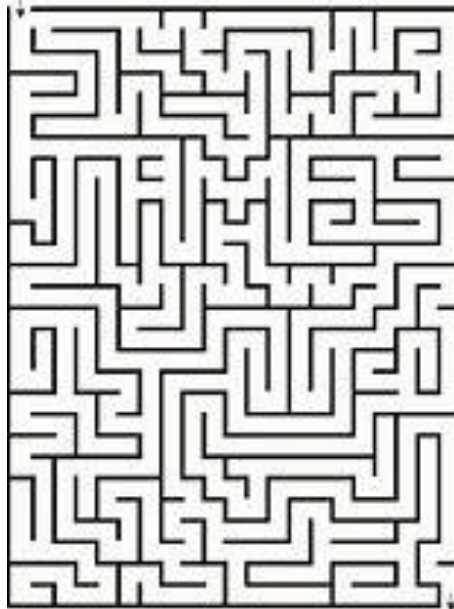
BALLETTSCHULE
Remchingen

Leitung: Friederike Robinson-Debatin

Helft Ballerina Maus', Freundin ihre Stange zu finden.

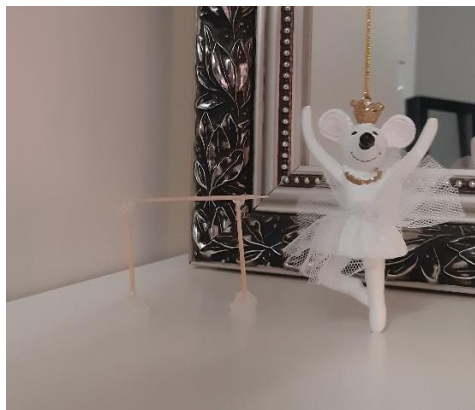


Start



Ziel

Du hast es geschafft und Sie kann endlich Tanzen!

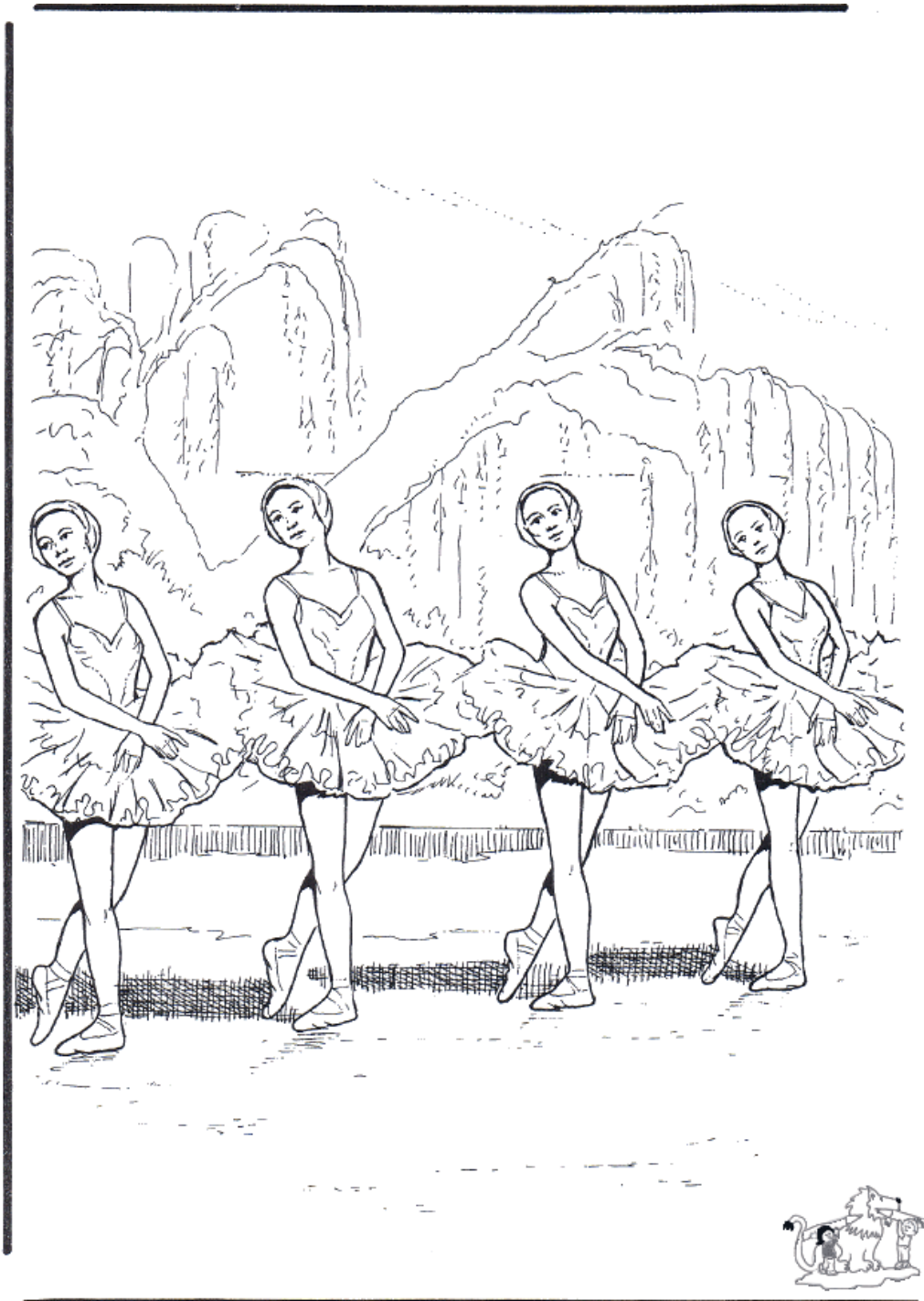




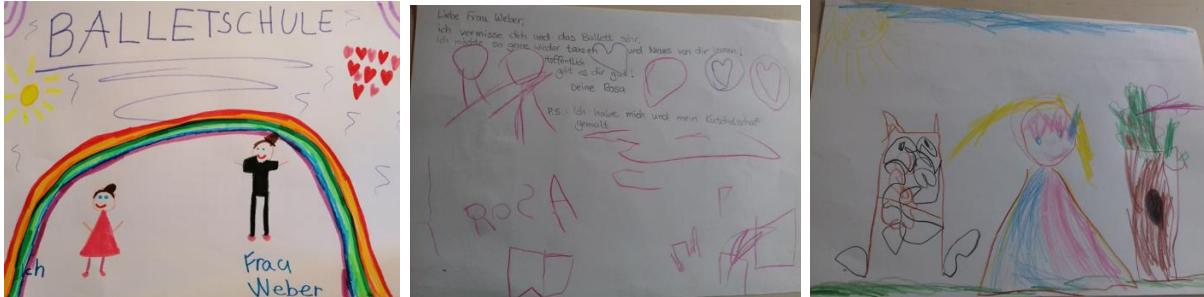
BALLETTSCHULE
Remchingen
Leitung Friederike Robinson-Debatin

2. Ausmalbilder

Was fehlt denn an diesem Bild?? Genau, **Farbe**!!!! Lasst eure Kreativität freien Lauf und bemalt die Bilder so bunt es nur geht!!



Die tollen Gemälde, unserer Schülerinnen.



Was ihr dafür tun müsst, damit ihr euer Bild hier sieht?! 😊

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
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.)

😊 Vielen Dank, noch einmal an unsere bisherigen Künstlerinnen!

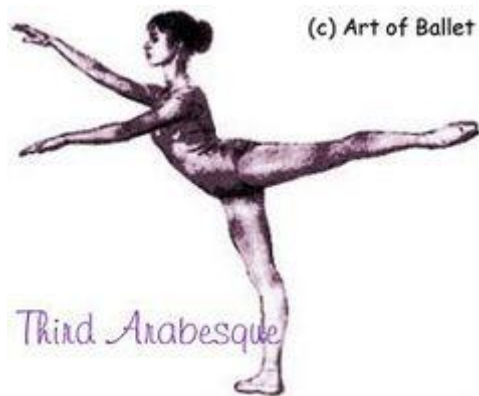


Hier die Lösungen von unserem Mal- Quiz von Unit 8

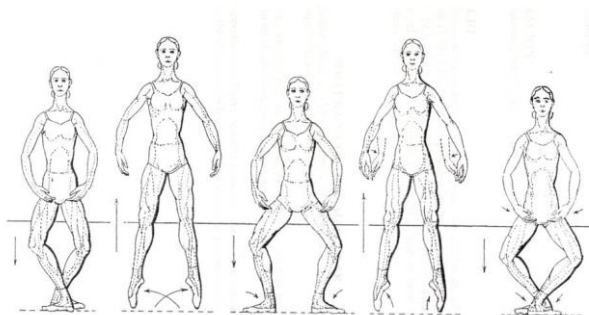
1. Ein Tendü:



2. Dritte Arabesque:



3. Echange Sautes





Quellenangabe

Pirouetten:

https://www.bing.com/images/search?view=detailV2&ccid=a4%2ffmmNg&id=796B568E2D6CF80945B777E78A0925708068875F&thid=OIP.a4_fmmNgGvkHBMU5sR3RLQAAAA&mediurl=https%3a%2f%2fi.pinimg.com%2foriginals%2f0d%2fa4%2f25%2f0da42566bc341ce4352c5b7e40e5b468.jpg&exph=500&expw=353&q=ballerina+Pirouette&simid=608024380782218664&selectedIndex=2&ajaxhist=0

https://www.bing.com/images/search?view=detailV2&ccid=Y2X8%2flye&id=E6BB7D2CA620D359C70E58D5B3CDEAE10057C171&thid=OIP.Y2X8_lyeIGrirP58av0lyQHajb&mediurl=https%3a%2f%2fstatic.boredpanda.com%2fblog%2fwp-content%2fuploads%2f2013%2f11%2f14-out-of-this-world-photographs-of-ballet-dancers-slicing-through-space-6_605.jpg&exph=770&expw=605&q=ballerina+Pirouette&simid=608056120538038602&selectedIndex=62&ajaxhist=0

Labyrinth:

https://www.bing.com/images/search?view=detailV2&ccid=bm1J795G&id=A03B1FCA84A10DD8AFAB881906729873124D7046&thid=OIP.bm1J795GQozSOY0_pZkBwAHaJ8&mediurl=https%3a%2f%2fwww.coloriageaimprimer.net%2flabyrinthe%2flabyrinthe004.gif&exph=752&expw=560&q=labyrinthe&simid=608047595100832040&selectedIndex=134&ajaxhist=0

Malquiz:

<https://www.bing.com/images/search?view=detailV2&ccid=c%2bvUyqk2&id=11260ADE8AD6A0A5F9C1D79C4950DFBC4286D8D3&thid=OIP.c-vUyqk2UTFYV71mIfm3HAHaGT&mediurl=https%3a%2f%2fs-media-cache-ak0.pinimg.com%2f236x%2fd9%2f85%2fd7%2fd985d7990f9038c74d7f0d5d0049c3df.jpg&exph=201&expw=236&q=third+Arabesque+ball ett&simid=608002369056409442&selectedIndex=3&ajaxhist=0>

<https://www.bing.com/images/search?view=detailV2&ccid=PLh8HkTm&id=91BEE88C620C64C55172516DAE104B7FD64C004C&thid=OIP.PLh8HkTm8zMsdiJjZrhEIQHajl&mediurl=https%3a%2f%2fi.pinimg.com%2foriginals%2fcd%2f04%2fce%2fcd04ceb0a18834221fe4b8cfdc50ff8e.jpg&exph=2200&expw=1700&q=Tendu&simid=608017096494156681&selectedIndex=19&ajaxhist=0>

https://www.bing.com/images/search?view=detailV2&ccid=w2o1JTAR&id=16B952B9DAD411067217CDB111205D927CFE20B0&thid=OIP.w2o1JTARMDRy8adxdNVVnQHafj&mediurl=http%3a%2f%2f1.bp.blogspot.com%2f_ytRZ96NXAE0%2fTRODAVoNeyl%2fAAAAAAAAAAB4%2fygX_WW6c9bo%2fs1600%2fpetit%2fpetit%2f2bechapp+25C25A9.jpg&exph=720&expw=960&q=echappe+sautes+&simid=607990686758340568&selectedIndex=4&ajaxhist=0