



# BALLETT IN DER GRUNDSCHULE



## Übersicht

- **Stundenverlaufsplan**
- **Weil es Spaß macht....**
- **Arbeitsmaterial**
  - Die fünf Positionen der Beine (1)
    - Die "Schere" (2.1)
    - Das "Zelt" (2.2)
    - Der "Pfeil" (2.3)
    - Die "Brücke" (2.4)
    - Das "Schloss" (2.5)
- **Videos**
  - Fußspitzen voran (1)
  - Ballettfolge am Balken- Plies (2)
  - Ballettfolge am Balken- Tendus (3)
  - Ballettfolge am Balken- Tendus (3.1)
  - Auf den Fußspitzen stehen (4)
  - Ballettfolge am Balken mit passe (5)
  - Choreografieabfolge am Boden ohne Musik kennenlernen (6)
  - Choreografie mit Abschlusspose auf Musik tanzen (7)
  - Posen ausdenken (8)
  - Choreografie mit eigener Pose auf Musik tanzen (9)
  - Stundenabschluß mit Knicks und Verbeugung (10)
- **Quellenverzeichnis**

---

1 Im Beitrag sind alle personenbezogenen Bezeichnungen geschlechtsneutral zu verstehen.

# Stundenverlaufsplan



1-2.5



1-10

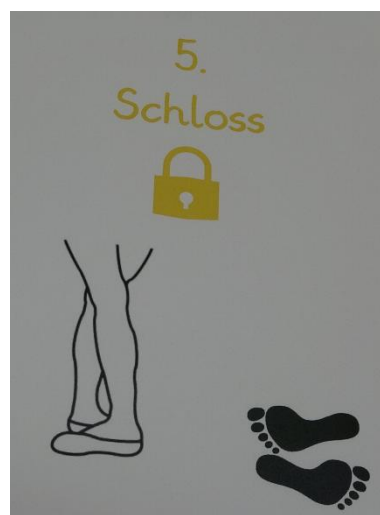
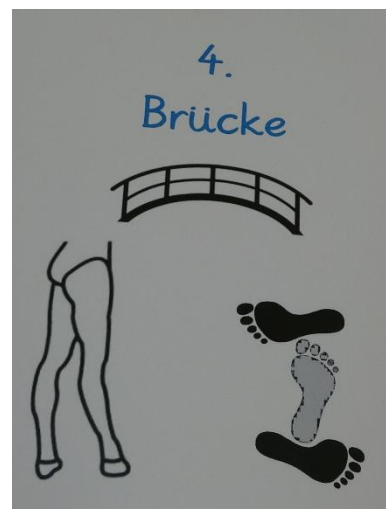
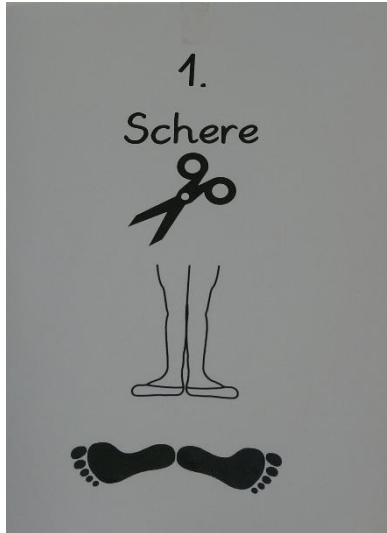
Phase/Zeit	Unterrichtsgeschehen	Methodisch-didaktische Unterrichtsgestaltung	Sozialform	Medien
<b>Einstieg</b> ca. 5 Minuten 10:10 – 10:15	<ul style="list-style-type: none"> <li>Begrüßung: Heute tanzen wir Ballett.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Emotionale Einstimmung, Einleitung ins Thema</li> </ul>	Sitzkreis	
<b>Aktivierung/ Erwärmung</b> ca. 10 Minuten 10:15 – 10:25	<ul style="list-style-type: none"> <li>Musik läuft, Kinder tanzen frei. Beim Stopp macht Lehrkraft Ballettposition vor („wie ein Zelt“ = 2. Position). Später dürfen Kinder selbst Positionen „erfinden“.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Spielerisches Erlernen der verschiedenen Positionen durch Bewegung und kreative Impulse</li> </ul>	Einzel frei im Raum	Musik, Wandposter
<b>Erarbeitung/ Hinführung</b> ca. 15 Minuten 10:25 – 10:40	<ul style="list-style-type: none"> <li>Kinder stehen an der „Stange“ Lehrkraft bespricht Abfolge:</li> <li><b>Stangenprogramm – Plies</b> 2× demi plié mit Armen, 1× grande plié, Dehnung (1. Pos: vorne, 2. Pos: zur Stange, 3. Pos: nach hinten)</li> <li><b>Stangenprogramm – Tendus</b> 2× tendu vorn, Seite, hinten, Seite → wiederholen → passé → Tendu-Kombi wiederholen</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Rhythmisches Üben einfacher Schritte zur Musik</li> <li>Lehrkraft tanzt mit</li> </ul>	Lehrkraft vormachen – Kinder imitieren	Musik (ruhig, 4/4 Takt), evtl. Barren, Schwebebalken
<b>Arbeitsphase</b> ca. 10 Minuten 10:40 – 10:50	<ul style="list-style-type: none"> <li><b>Choreografie</b> 1. Pos → 4× tendu rechts, 4× links → grande plié → relevé → 2× tendu rechts &amp; links → Drehung rechts → Sprünge auf-zu → Relevé-Drehung → Abschluss-Position</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Schrittweise Aufbau der Choreo</li> <li>Wiederholung</li> <li>Dann gemeinsames Tanzen</li> </ul>	Lehrkraft vormachen – Kinder imitieren	Musikstück zur Choreo
<b>Dehnen/ Cool Down</b> ca. 10 Minuten 10:50 – 11:00	<ul style="list-style-type: none"> <li>„Wir verwandeln uns in Tiere“:</li> <li>Schmetterling (Fußsohlen zusammen, Flügel flattern), Robbe (auf den Bauch liegen, Arme drücken Oberkörper nach oben), Maus (klein machen)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Kindgerechte Bewegungsbilder</li> <li>Fördern der Beweglichkeit</li> </ul>	Kreis	Musik (ruhig, entspannend)

## Weil es Spaß macht ....





# Die fünf Positionen der Beine





## Die "Schere"

2.1





# Das "Zelt"

2.2





2.3

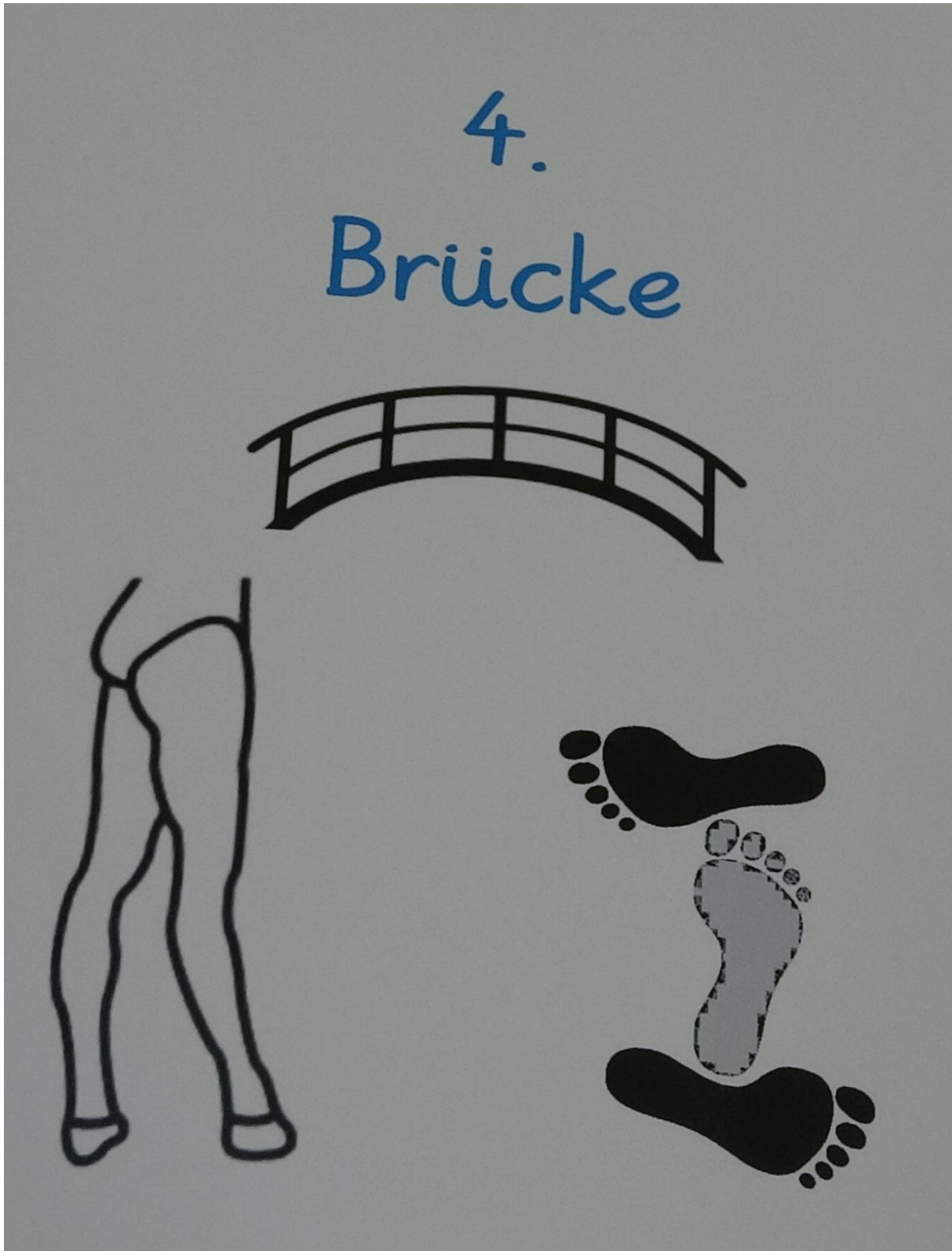
## Der "Pfeil"





## Die "Brücke"

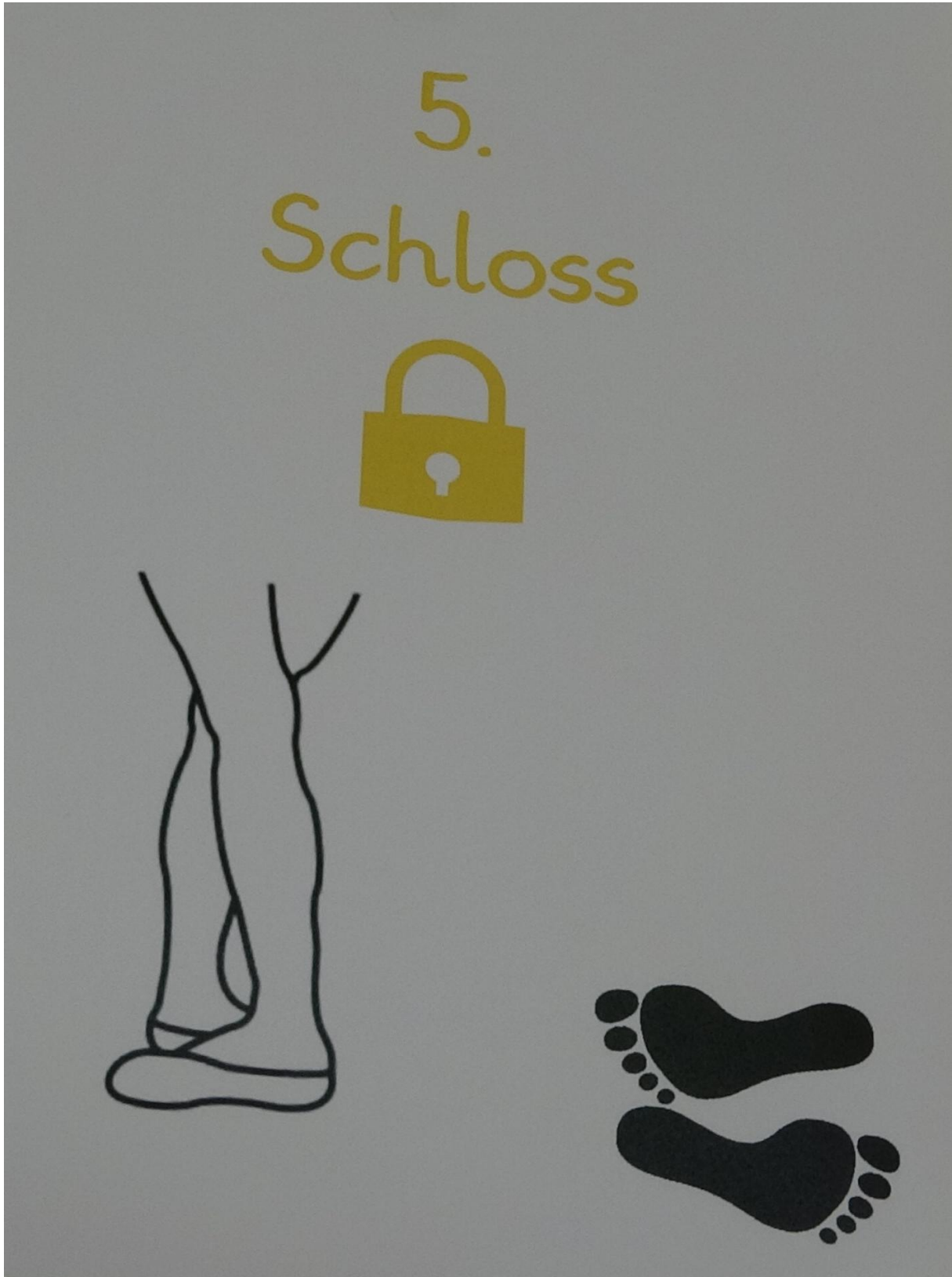
2.4



# Das "Schloss"



2.5



## Quellenverzeichnis

### Abbildung / Fotos/ Videos

Nummer	Urheber*innen
Arbeitsmaterialien 1- 2.5	Lukas Himmelbach
Fotos/Videos	Lukas Himmelbach, Christian Thielmann Schülerinnen und Schüler der Grundschule Weißenthurm

### Verwendete Musik

Video	Musiktitel	Interpret-/Komponist*innen	Verlag

### Urheber des Beitrages

Autor*innen	Berater*innen	Institution
Lukas Himmelbach, Christian Thielmann/ Lehramtsstudierende	Marlis Minnich	Institut für Sportwissenschaft, Universität Koblenz