



## Plesna pripravnica 1, Jesenice in Žirovnica

Ponedeljek, 11. 5.

### BALETNA KOCKA

Današnja tema je spoznavanje baletnih pozicij in poz klasičnega baleta skozi igro. Potrebujete igralno kocko. Ko vržete kocko, vam število na kocki pove katero pozo ali pozicijo pokažete.

Z **tiskano** pisavo je navedena baletna poza, ki je prikazana na sliki.

**POMEBMA OPOMBA:**

Ne stoj na konicah prstov, ampak na pol-prstih ali celem stopalu!

**KOCKA: 1**

**PRIPRAVLJALNA POZICIJA rok in 1. BALETNA POZICIJA NOG**

Noge v odprti poziciji, roke okrogle.



**KOCKA: 2**

## 2. POZICIJA nog in rok

Noge narazen (**stojimo na celem stopalu – NE na prstih**), roke v višini ramen.



**KOCKA: 3**

### **PLIÉ in roke ALLONGÉ**

Noge v odprti poziciji, pokrčene v kolenih, razprte navzven in roke odročene, dlani obrnjene proti tlom.

*Allongé - podaljšati*



**KOCKA: 4**

### **PASSÉ in roke v 1. BALETNI POZICIJI**

Ena noga pokrčena v pozi 'štorklje', koleno odprto navzven (**stojimo na celem stopalu – NE na prstih**), roke okrogle, pred popkom.



## KOCKA: 5

### POZA ATTITUDE NAPREJ

Ena noga naprej dvignjena in rahlo pokrčena (stojimo na celem stopalu – NE na prstih), ena roka nad glavo v 3. poziciji, druga stran v 2. poziciji – kar je 5. pozicija rok



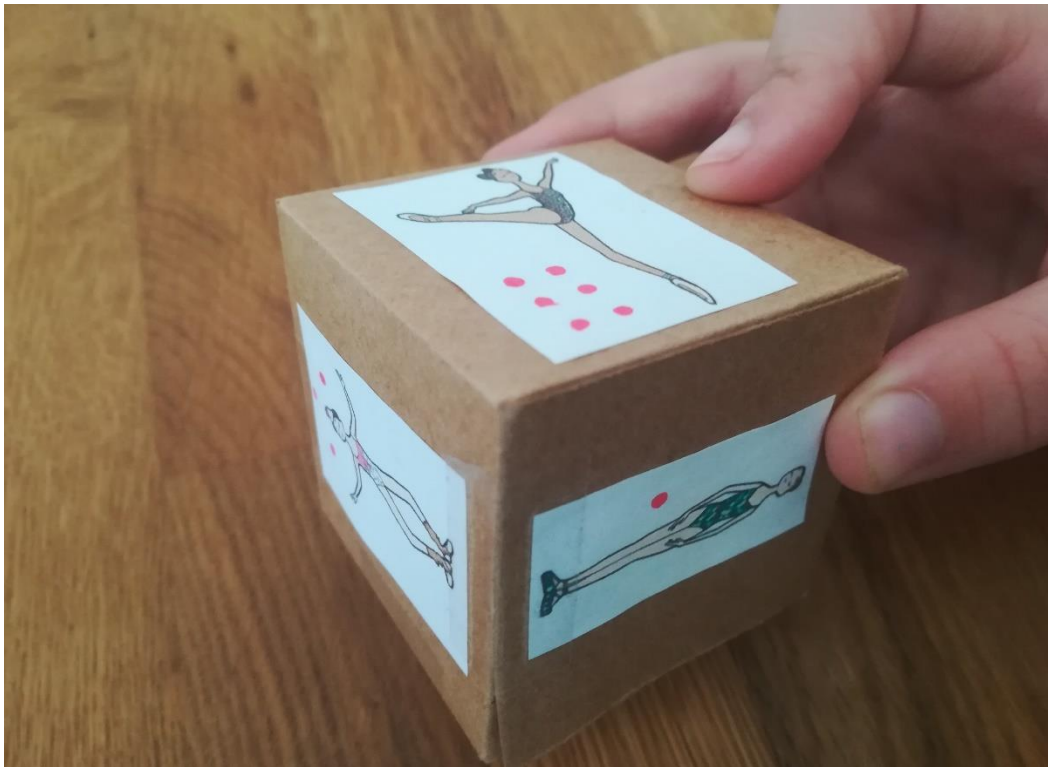
## KOCKA: 6

### POZA ARABESQUE

Ena noga nazaj dvignjena, stegnjena (stojimo na celem stopalu – NE na prstih), ena roka naprej, z dlanjo obrnjeno navzdol in druga roka stran, z dlanjo obrnjeno navzdol.



Primer izdelane baletne kocke:



**torek, 14. 5.**

## **RITEM**

Na spodnji povezavi prilagam vajo za ritem – bi znala ponoviti? S to vajo, poleg ritma, razvijaš tudi glasbeni spomin, ki je pri baletu zelo pomemben. Lahko si izmisliš tudi svoje ritmično zaporedje; starši, sorojenci ali stari starši, pa lahko ponavljajo za teboj.

Nato vajo na povezavi izvedi še s poskoki (sauté) iz 1. ali paralelne pozicije (kot smo že delali), lahko pa dodaš še karkoli drugega.

Svoje vtise ali fotografijo, če želiš in utegneš, lahko pošlješ na moj elektronski naslov.

Povezava:

<https://www.youtube.com/watch?v=um0aM4rhcgq&feature=youtu.be>

Lep pozdrav!

Jerneja





## PLESNA PRIPRAVNICA 1 KRANJSKA GORA

11. 5. – 17. 5.

**Pozdravljene drage učenke in dragi učenec.**

**torek, 12. 5.**

❖ Potrebuješ igralno kocko s šestimi pikami. Kocko vrži vsaj 6x in pošlji fotografije svojih poz ali skokov v zaporedju, ki si ga vrgel/vrgla. Na spodnjih slikah si lahko ogledaš katera poza ali skok pripada določenemu številu pik.

- **1 pika** poza v 1. poziciji nog in rok



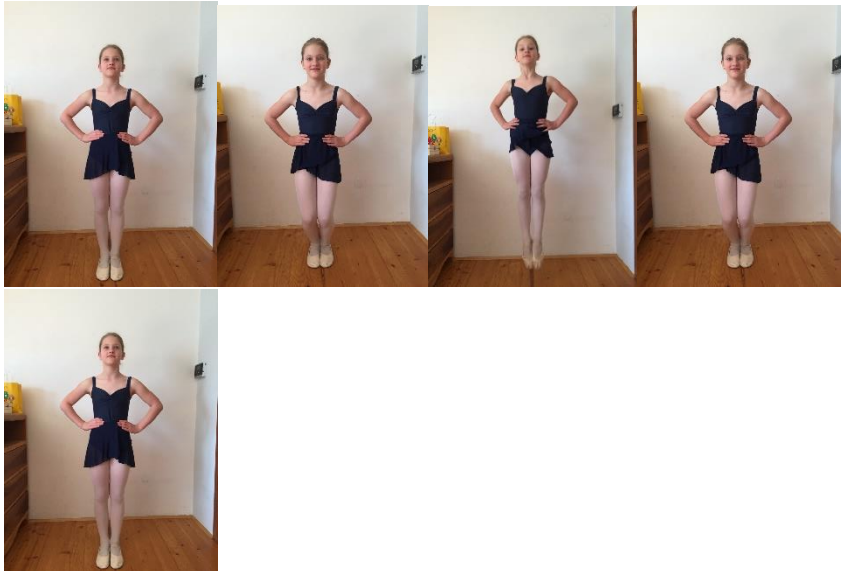
- **2 piki** poza v 2. poziciji nog in rok



- **3 pike** poza na retire v paralelni poziciji, z rokami v 3. poziciji



- **4 pike** skok sauté v paralelni poziciji



- **5 pik** skok narazen skupaj iz 1. v 2. pozicijo in nazaj v 1. Pozicije (pas échappé)



- **6 pik** skok 3x konjiček (saj se spomniš kajne? Nikakor se ga ne da fotografirati☺)

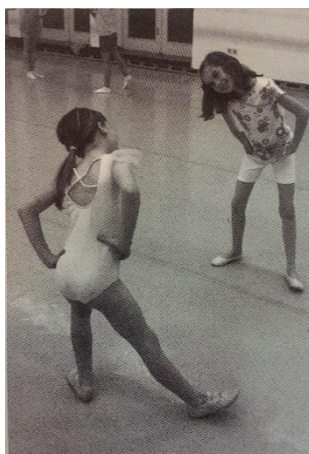
[https://www.youtube.com/watch?v=CDQ5HEB\\_L6c](https://www.youtube.com/watch?v=CDQ5HEB_L6c)

**petek, 15. 5.**

❖ **Ogledalo – moj odsev v ogledalu**

Vajo izvedeš v paru. Prosi sorojenca, babico, dedka, očka, mamico, prijateljico ali prijatelja, da sodeluje s teboj. Določita kdo bo zrcalo in kdo se bo v zrcalu ogledoval. Nato tisti, ki se v ogledalu ogleduje prične svojega gibanje in njegov partner, ki je ogledalo, gibe za njim ponavlja. Vlogi nato zamenjata.

Do svojega partnerja v igri bodi prijazen/prijazna in gibe izvajaj počasi, da ti bo lažje sledil/a. Na elektronski naslov pošlji fotografijo. (po Jana Kovač Valdés)



Elektronski naslov:

[maja.repe@glasbenasolajesenice.si](mailto:maja.repe@glasbenasolajesenice.si)

**29. april je svetovni dan plesa:**

Poslanici ob Mednarodnemu dnevu plesa za leto 2020, si lahko preberete na spodnji povezavi:

<https://www.dbus.si/mednarodni-dan-plesa-2020/>

*\*Povratna informacija je obvezni del pouk na daljavo. Rok za oddajo nalog je na dan pouka do večera.*