

Verhaltensregeln im Ballettunterricht

1. Pünktlich erscheinen

Sei rechtzeitig da, damit der Unterricht gemeinsam und konzentriert beginnen kann.

2. Gut vorbereitet sein

Trage passende Ballettkleidung, die Haare sind ordentlich zusammengebunden.

Nichts stört Ablauf und Konzentration mehr als ständige Unterbrechungen. Deshalb gilt – besonders bei jüngeren Kindern:

Bitte vorher zur Toilette gehen, ausreichend essen und trinken, Schleifen binden, Knoten festziehen und Haare sicher befestigen.

3. Auf Hygiene achten

Saubere Kleidung, ein gepflegter Körper und ordentlich frisierte Haare sind selbstverständlich.

4. Respektiere den Raum

Behandle Ballettsaal, Stangen und Materialien mit Sorgfalt.

Nicht an die Stangen lehnen, hängen oder daran turnen.

Im Unterricht wird weder gegessen noch Kaugummi gekaut.

Im Ballettsaal wird nicht getobt, gerannt oder geschrien. Der Unterricht ist keine Plauderstunde.

5. Aufmerksam zuhören

Wenn die Lehrkraft erklärt, korrigiert oder wenn Musik läuft, wird nicht gesprochen.

6. Respektvoller Umgang

Ein wertschätzendes Miteinander ist uns sehr wichtig.

Schülerinnen und Schüler sowie Dozentinnen und Dozenten begegnen sich stets freundlich, höflich und respektvoll. Dazu gehören Toleranz, Rücksichtnahme sowie eine selbstverständliche Begrüßung und Verabschiedung.

7. Konstruktiver Umgang mit Fragen und Kritik

Keine lauten Unmutsäußerungen über Musik, Schritte oder die eigene Leistung während des Unterrichts.

Wer eine Frage hat, wendet sich an die Lehrkraft – gegebenenfalls auch nach der Stunde.

8. Korrekturen annehmen

Verbesserungen sind eine Hilfe. Nimm sie offen an und versuche, sie umzusetzen. Korrekturen verstehen wir als wertvolle Unterstützung und Bestandteil des Lernprozesses.

9. Ordnung und Sauberkeit

Bitte den Tanzsaal nicht mit Straßenschuhen betreten.

Ballettsaal und Umkleideräume sind ordentlich zu verlassen.

Entstandener Müll ist zu entsorgen, verwendetes Material wieder an seinen Platz zu räumen.

Dies gilt für alle Räumlichkeiten.

10. Mit Einsatz und Disziplin tanzen

Gib dein Bestes und bleibe bis zum Schluss konzentriert.

Disziplin ist ein wichtiger Bestandteil des Balletts. Regelmäßige Teilnahme ist selbstverständlich, da häufiges Fehlen oder Zuspätkommen den Unterrichtsfluss und den Fortschritt der Gruppe beeinträchtigt

11. Regelmäßige Teilnahme

Disziplin und Kontinuität sind wesentliche Bestandteile des Balletts. Unregelmäßige Teilnahme oder häufiges Zuspätkommen beeinträchtigen den Unterrichtsablauf und den Fortschritt der Gruppe.

1. Aufrechte Haltung (Posture!)

Der Oberkörper ist stets aufgerichtet, die Schultern entspannt und tief, der Bauch aktiv, der Nacken lang.

2. Turnout (Auswärtsdrehung)

Die Beine werden aus der Hüfte heraus nach außen gedreht – nicht aus den Knien oder Füßen.

3. Spannung in Füßen und Beinen

Füße sind immer gestreckt (Point), Knie durchgedrückt, Beine aktiv – keine „schlaffen“ Linien.

4. Saubere Positionen

Die fünf Grundpositionen der Füße und Arme müssen klar und exakt ausgeführt werden.

5. Kontrolle vor Geschwindigkeit

Bewegungen sollen präzise und kontrolliert sein – Tempo kommt erst mit Technik.

6. Weiche Landungen

Sprünge werden geräuschlos und über die Fußspitzen abgefedert gelandet (über Demi-Plié).

7. Arme folgen der Bewegung

Die Armführung (Port de Bras) ist rund, fließend und unterstützt die Linien des Körpers.

8. Kopf und Blick (Épaulement)

Der Kopf folgt elegant der Bewegung, der Blick ist bewusst gesetzt und nicht leer.

9. Disziplin und Respekt

Pünktlichkeit, Konzentration und respektvoller Umgang mit Lehrern und Mitschülern sind selbstverständlich.

10. Ausdruck zählt

Technik allein reicht nicht – Mimik, Musikalität und Emotion machen den Tanz lebendig.