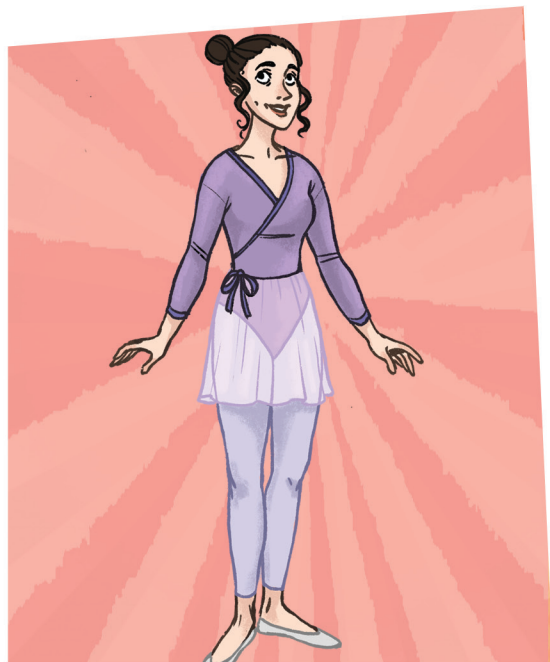
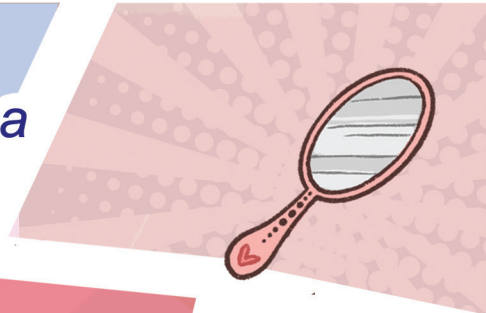


Ruxandra Elena Petrea

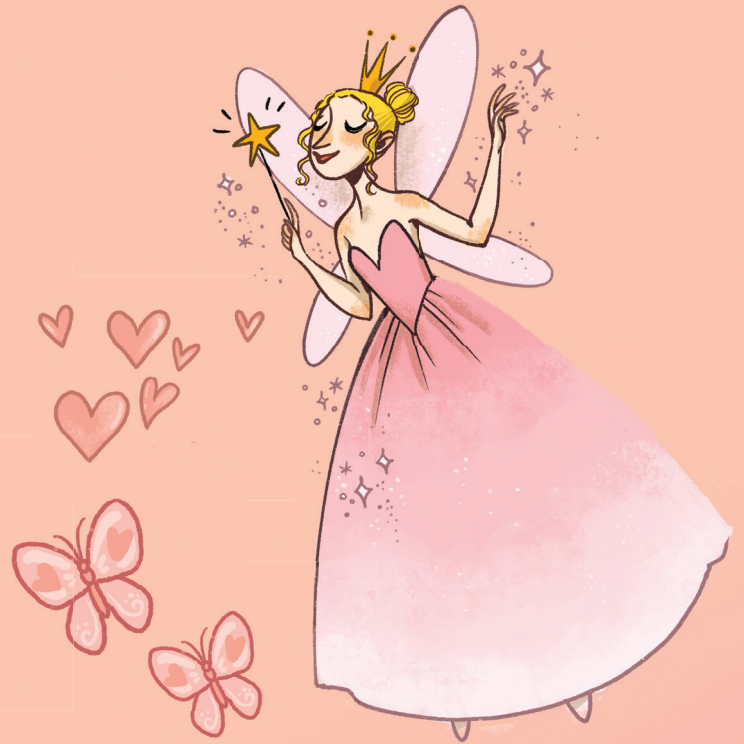
MICUTA BALERINĂ

activități creative de
balet: 5-9 ani



București 2019

Activități creative de balet



Plié, relevé, arabesque... BALET!

De la cele cinci poziții de bază și mișcări de balet simple, până la variații din baletе celebre, aceasta carte fermecătoare te invită să descoperi minunatul univers al dansului clasic!

Prin activitățile de creație propuse de Ruxandra Elena Petrea, profesoară de balet și fostă balerină profesionistă, vă dorim să vă bucurați de cartea de balet!

Această carte aparține:

.....

ISBN 978-973-0-30799-3



**AUTOR****Ruxandra Elena Petrea**

Ilustrație

Simina Popescu

Redactor

Andreea Elena Cioată

Art Director

Mircea Corneliu Petrea

Contact publicitate

+4.0745.877.268**contact@ruxandraballet.ro**

Adresa sediu administrativ

Ruxandra Ballet SRL**Strada Cricovului Nr. 23,****București, Sector 1**

*Toate drepturile sunt rezervate redacției.
Nicio parte din aceasta carte nu poate
fi copiată sau reprodusă fără acordul
cesionarilor.*

*Autorii își asumă întreaga respon-
sabilitate pentru materialele publicate.*

CUPRINS

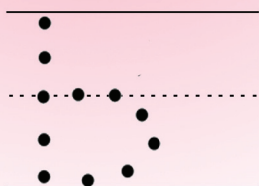
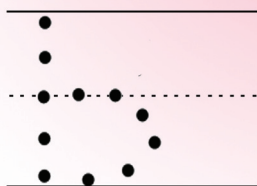
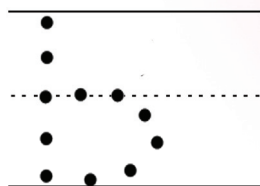
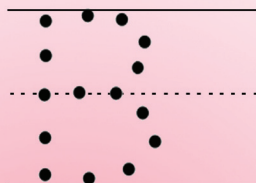
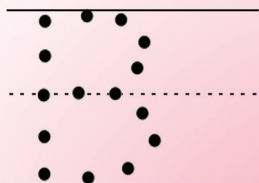
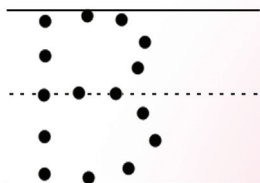
„B” de la balet	4
Cocul de balerină	5
Pozițiile din balet	6
Numărătoarea în balet	7
Mișcări din balet	8
Rebus de balet	10
Balerina punct-cu-punct	11
Găsește drumul	12
Mic și mare	13
Ora de balet	14
Cuvinte încrucișate	16
Răspunsuri	18



1 ↓ 2 ↘ 3 ↘ B de la BALET

1 ↓ 2 ↘ b de la BALET

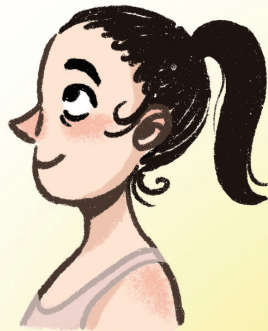
Desenați literele „B” și „b” de la balet!





Cocul de balerină

Urmați câțiva pași simpli pentru a vă face cocul de balerină:



1. Pieptănați părul și strângeți-l cu un elastic într-o *coadă de cal*.



2. Râsuciți *coada de cal* strâns și înfășurați-o în vârful capului.



3. Prindeți cocul cu agrafe și ace de păr.

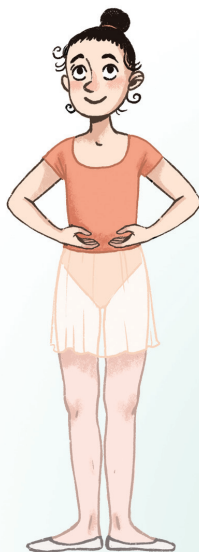


4. Accesorizați cu o panglică.



Pozițiile din balet

O balerină învață cinci poziții ale brațelor și picioarelor:



Poziția întâi



Poziția a doua



Poziția a treia



Poziția a patra

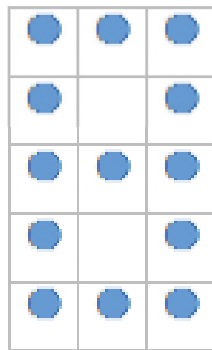
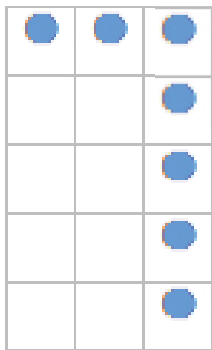
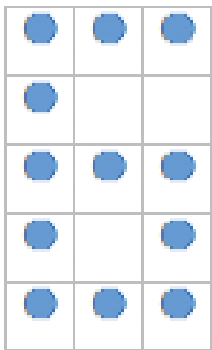
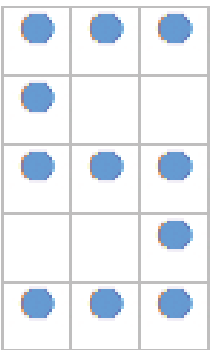
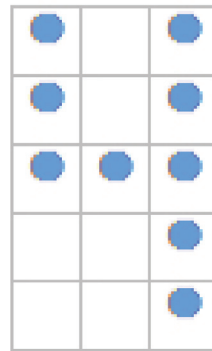
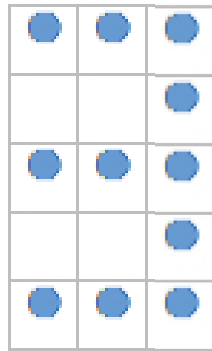
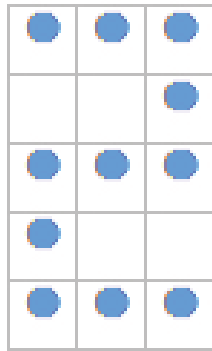
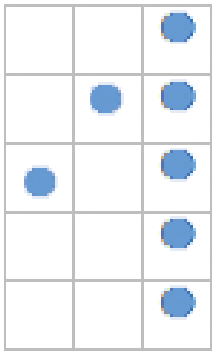
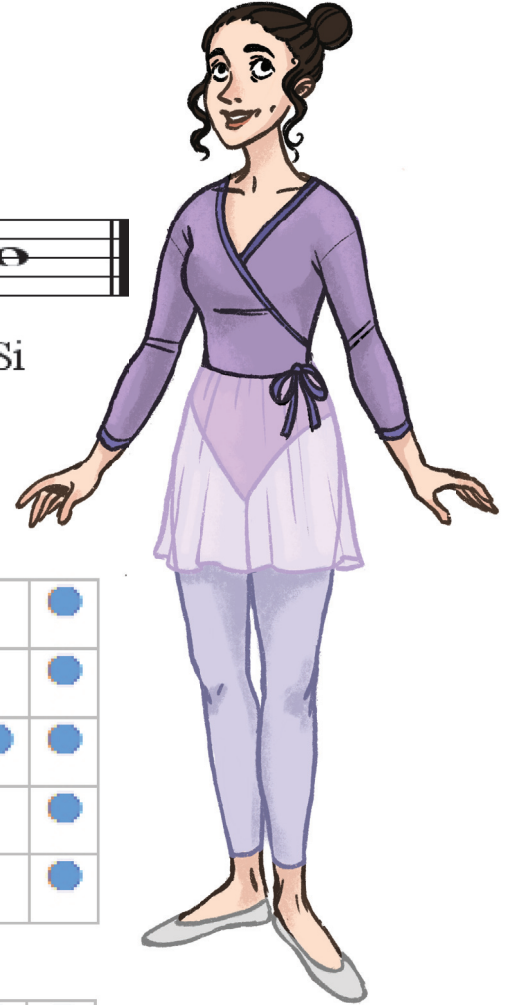


Poziția a cincea



Numărătoarea în balet

Uniți punctele pentru a număra:





Mișcări din balet

Dacă visezi să ajungi o balerină faimoasă, aici poți învăța primele mișcări:



Passé

Este o mișcare de echilibru: se stă pe un picior, celălalt se așază sub genunchi; poți ridica ambele brațe deasupra capului.



Grand Jeté

Este o săritură mare, cu trecere de pe un picior pe celălalt, care te face să arăți ca și cum ai zbura!



Arabesque

Ai nevoie de un echilibru bun! Se stă pe un picior, iar celălalt picior la spate se sprijină pe podea sau se ridică în aer la 90°.



Plié

Recunoașteți mișcarea?

Îndoim genunchii și în acest fel ne încălzim picioarele și gleznelor.



Pirouette

Mișcare de rotire a trupului, pe un picior de sprijin. Fixează un singur punct în spațiu și începe să îți rotești corpul în direcția dorită.



Chassé

Este o mișcare care se face trecând greutatea corpului de pe un picior pe altul, printr-o mică săritură.



Tendu

Mișcări de întindere a piciorului, care întăresc corpul. Acestea se execută în față, în lateral și în spate.



Rebus de balet

Observă imaginile și rezolvă rebusul!

1

2

3

4

5

6

1

2

3

4

5

6

L

P

i

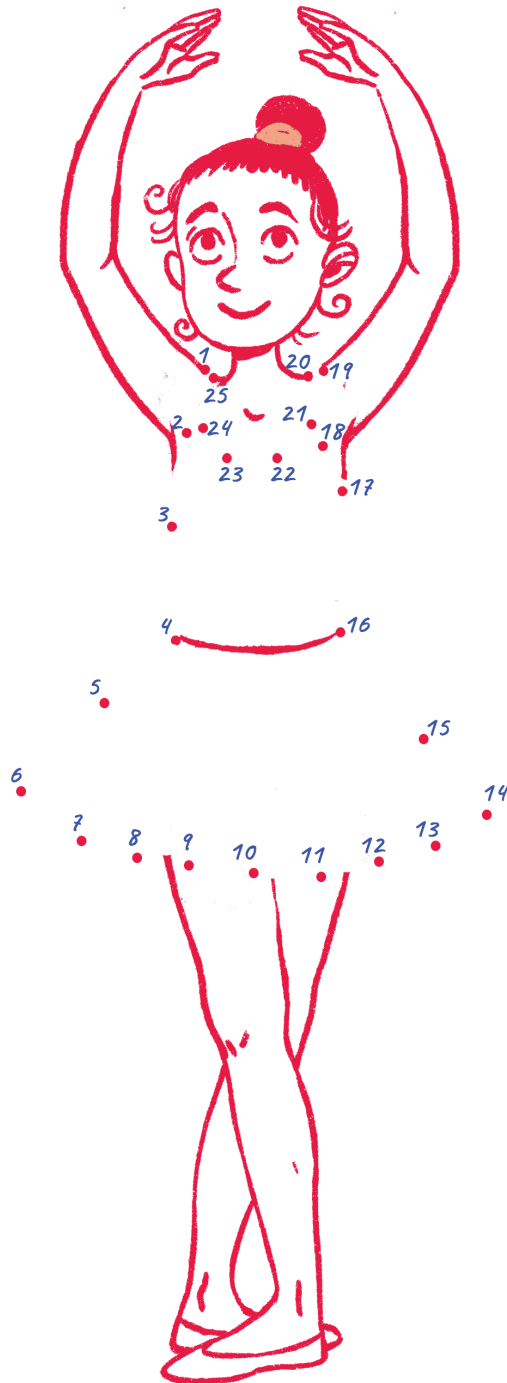
T

4



Balerina punct-cu-punct

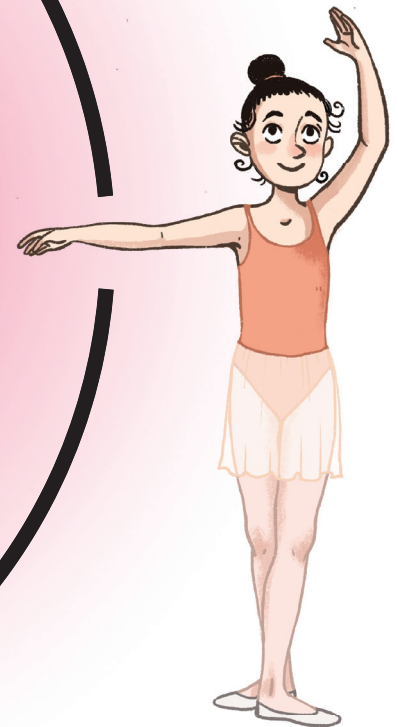
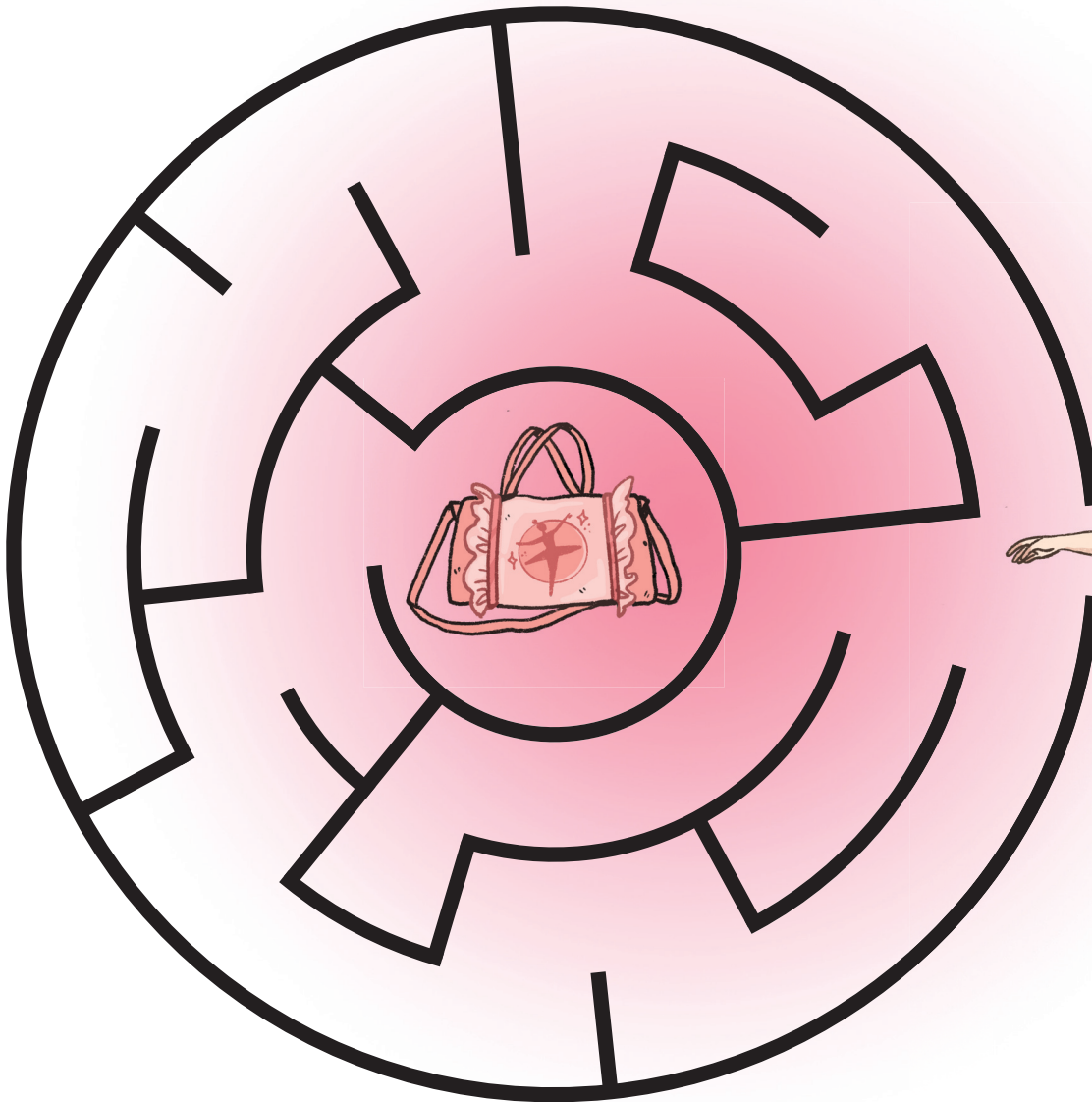
Uniți punctele pentru a termina desenul balerinuței!





Găsește drumul

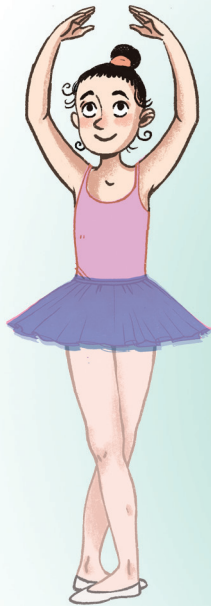
Ajutați balerina să găsească drumul către gentuța ei de balet!





Mare și mic

Prin ce se aseamănă și se deosebesc balerinuțele de mai jos?



A



B



C



D

Cine este cea mai înaltă?

Cine are cel mai lung tutu?

Cine este cea mai scundă?

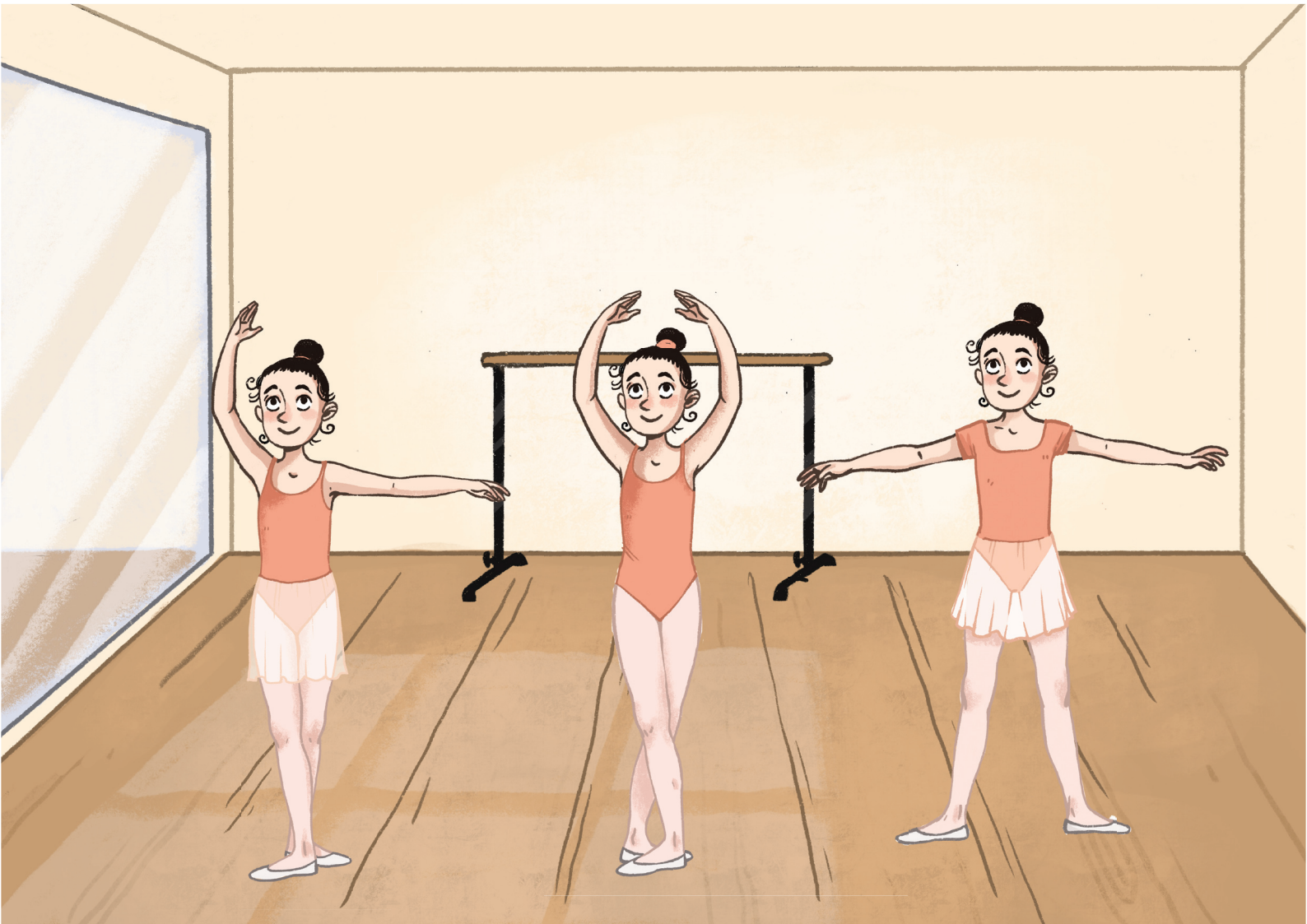
Cine are cel mai scurt tutu?

Care dintre balerine au aceeași înălțime?



Ora de balet

Găsiți diferențele între cele două imagini cu micuțele balerine la ora de balet!





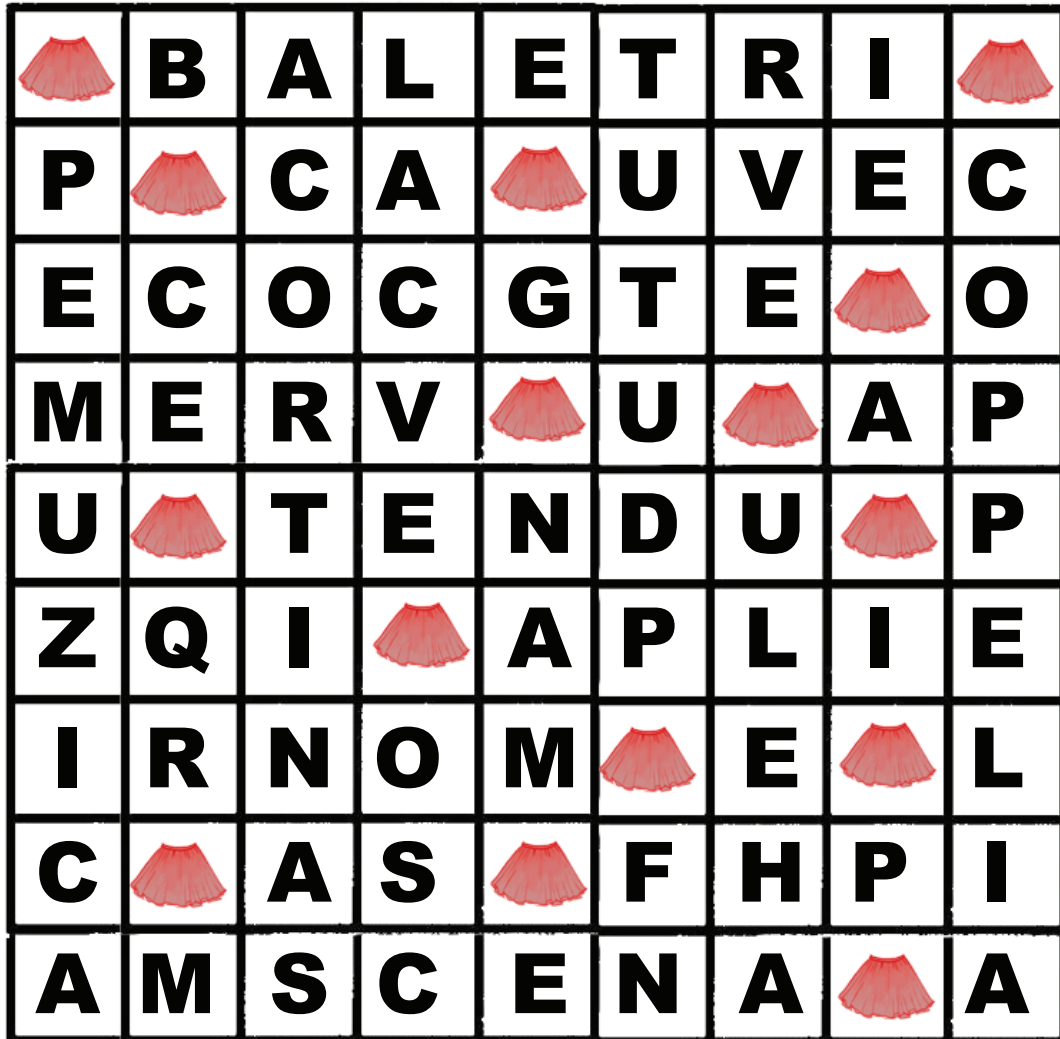
Le-ai găsit?
Câte sunt?





Cuvinte încrucișate

Găsiți cele 9 cuvinte din arta dansului!



1. BALET

2. PLIE

3. TUTU

4. TENDU

5. SCENA

6. MUZICA

7. COPPELIA

8. COC

9. CORTINA



Felicitări!

Acum știu cel puțin o poziție de balet

Pot face câteva mișcări din balet

Am rezolvat corect cuvinte încrucișate

Știu să-mi fac cocul de balerină

Această diplomă se acordă



_____ (numele tău aici)



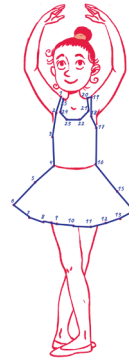
care va deveni o balerină minunată!



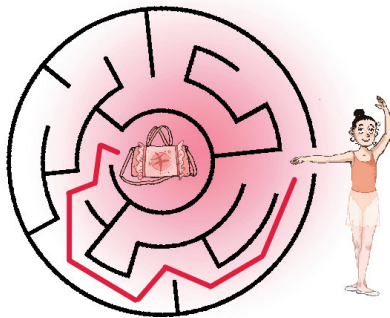
Răspunsuri



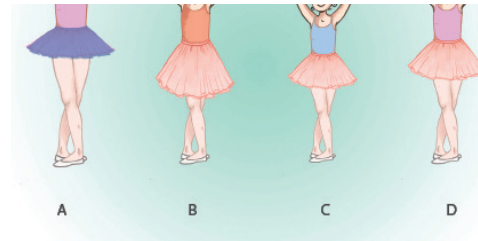
pag. 10



pag. 11

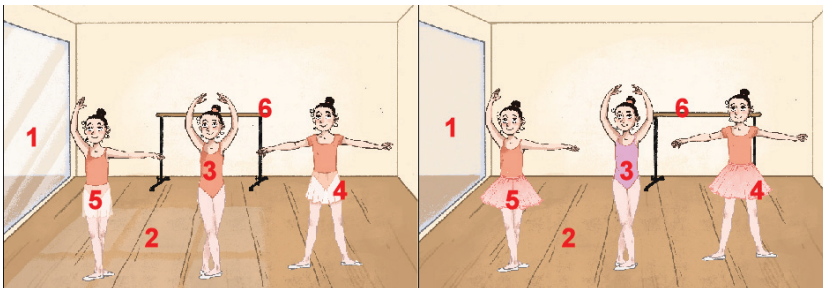


pag. 12

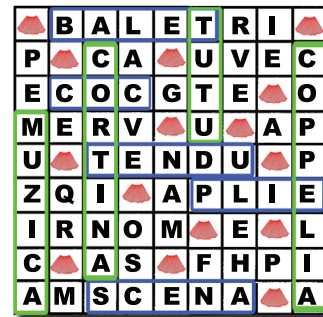


- A** Cine este cea mai înaltă?
- B** Cine are cel mai lung tutu?
- C** Cine este cea mai scundă?
- A** Cine are cel mai scurt tutu?
- B D** Care dintre balerine au aceeași înălțime?

pag. 13



pag. 14-15



pag. 16

Cartea senzorială

„Balerina”



Ce este o carte senzorială?

Cartea senzorială este o alternativă educativă și personalizată ce susține și încurajează creșterea abilităților psihomotorii ale copiilor.

Scopul acesteia este de a explora arta dansului și de a pune în valoare imaginația și creativitatea celor mici.



Cartea unică **Balerina** este creată de Ruxandra Elena Petrea, profesoară de balet și fondator Ruxandra Ballet Studio. Cartea, realizată din material textil (bumbac sau fetru) conține diverse activități pentru copii între 3 și 8 ani.

Aceasta poate fi instrument pedagogic pentru școlile de balet, dar și un cadou special pentru balerina dumeavoastră.

MICUȚA BALERINĂ



Am reușit!



Hai să fac!



Pot să fac!



Voi încerca să fac!



Cum să fac?



Vreau să fac!



Nu pot să fac!



Nu vreau să fac!

Pe care treaptă ai ajuns astăzi?



Împarte bucurii
• din 1994 •



9 789730 307993