

1º ENSEÑANZAS PROFESIONALES

ASIGNATURA: TÉCNICA ESPECÍFICA DE LA BAILARINA

1. OBJETIVOS.

- a) Afianzar los contenidos correspondientes a las Enseñanzas Básicas.
- b) Desarrollar la elasticidad muscular, movilidad articular, fuerza y sujeción en los pies necesaria para poder realizar todos los movimientos sobre las puntas.
- c) Adquirir la fuerza y el conocimiento necesario para el trabajo de técnica de puntas tanto en barra como su iniciación en el centro.
- d) Perfeccionar la correcta colocación del cuerpo que permita el correcto desarrollo de los movimientos propios de este nivel.

2. CONTENIDOS.

2.1. CONTENIDOS CONCEPTUALES Y PROCEDIMENTALES.

- a) Conseguir la correcta colocación del pie dentro de la punta e iniciar el estudio del trabajo específico de esta técnica.
- b) Perfeccionamiento de todos los pasos adquiridos en las enseñanzas básicas, así como la comprensión de los ejercicios de técnica de puntas que contienen la barra y el centro de este nivel.
- c) Preparación para el desarrollo de una base sólida, con un trabajo de control y fortalecimiento de las articulaciones (rodilla, tobillo, dedos), así como la musculatura de la pierna y el pie.
- d) Desarrollo de la sensación de elevación general de las principales cadenas musculares de las piernas y el tronco.
- e) Estudio de los pasos básicos propios de este nivel

2.2. CONTENIDOS ACTITUDINALES.

Las actitudes que valoraremos aplicables a todos los contenidos son las siguientes:

- a) Esfuerzo y constancia en el trabajo cotidiano.
- b) Interés y atención.
- c) Aceptación de las correcciones realizadas por el profesor tanto en clases como en ensayos.
- d) Comportamiento en clase adecuado a las normas establecidas y cumplimiento de las normas internas del centro.
- e) Respeto al profesor y a toda la comunidad educativa.

- f) Respeto por las intervenciones de los compañeros y cooperación con los mismos.
- g) Participación en las actividades propuestas.
- h) Adquisición del compromiso con el trabajo diario y responsabilidad con las actividades del Centro.
- i) Aumento de la confianza en las propias posibilidades y capacidad de superación.
- j) Valoración de la danza como medio de comunicación y expresión.

2.3. CONTENIDOS ESPECÍFICOS.

A lo largo de este curso se trabajarán los contenidos propuestos frente a la barra. Únicamente, y bajo el criterio del profesorado, se podrán trabajar de perfil a la barra si se dan las condiciones físicas y técnicas en las alumnas.

PRIMER TRIMESTRE

BARRA

- Desarrollo de ejercicios preparatorios para la subida a la punta desde sexta, primera y segunda posición.
- Relevés iniciados desde el plié y a tracción desde primera y segunda posición.
- Échappé de primera a segunda posición.
- Sousous.
- Battement soutenu à la seconde trabajado con doble plié.
- Fondu al cou de pied y quinta relevé.
- Bajada al cou de pied devant y derrière desde la quinta posición.
- Pas de bourrée sin cou de pied, partiendo desde el coud pied.
- Piqué a quinta de côté.
- Développé a 45° à la seconde
- Assemblé devant.
- Preparación del pas de bourrée dessous desde el cou de pied.

SEGUNDO TRIMESTRE

BARRA

- Relevé a la cuarta posición.
- Relevé al retiré devant y derrière.
- Échappé à la seconde simple y doble (de quinta a quinta)
- Glissade à la seconde y en avant.
- Assemblé à la seconde con doble plie y normal.
- Piqué al cou de pied derrière.
- Pas de bourrée sin cou de pied partiendo desde el dégagé fondu à la seconde.

- Pas de bourrée couru (con y sin desplazamiento) y en tournant.
- Temps levés en quinta posición.

- **CENTRO**
- Relevés en primera y segunda posición, desde el plié y a tracción.
- Battement soutenu à la seconde.
- Piqué glissade devant y à la seconde.
- Pas de bourrée por dégagé y cou de pied.
- Pas de bourrée couru sin y con desplazamiento.
- Relevé en primera y segunda posición, con plié y a tracción.

TERCER TRIMESTRE

- **BARRA**
- Se realizarán ejercicios preparatorios para subir a la punta sobre un pie en todas las posiciones.
- Coupé balloné.
- Assemblé derrière.
- Piqué arabesque.
- Développé a 45° à la seconde.
- Preparación de pirouette en dehors desde quinta.
- Preparación de pirouettes en dedans desde quinta.
- Soutenu en tournant completo.
- Preparación de piqué en dedans.
- Pas de polka avanzando.
- **CENTRO**
- Relevés al passé.
- Coupé balloné.
- Pas de bourrée por retiré.
- Assemblé derrière.
- Jeté sauté porté (acabado al cou de pied derrière).

3. EVALUACIÓN.

3.1. CRITERIOS DE EVALUACIÓN.

Se efectuará una evaluación inicial para establecer el estado en que se encuentra el proceso de enseñanza-aprendizaje y así partir del nivel real del alumnado. A partir de aquí, la evaluación será global y se realizará de forma individualizada, ya que se tendrán en cuenta tanto las actitudes como las aptitudes y progresos de cada alumna.

En caso de pérdida de evaluación continua la alumna tendrá derecho a una prueba por trimestre, teniendo en cuenta los criterios de promoción y calificación.

En los siguientes criterios de evaluación se comprobará: el grado de aprendizaje de contenidos conceptuales, procedimentales y actitudinales para el desarrollo de las siguientes capacidades: memoria, sensibilidad artística, musicalidad, flexibilidad y elasticidad, todas ellas necesarias para la práctica de la danza.

- a) **Conocer y reconocer todos los pasos del vocabulario de la danza clásica propios de este curso, tanto en la “barra” como en el “centro”, entendiéndolo su aplicación técnica.** Este criterio de evaluación pretende comprobar que el alumno ha aprendido el nombre de todos los pasos, su realización, su característica y su significado técnico en la danza.
- b) **Realizar un ejercicio en barra específico para chicas en puntas, que el profesor considere adecuado.** Con este criterio se trata de evaluar el dominio tanto procedimental como conceptual en la ejecución tanto en la barra de dichos ejercicios, teniendo en cuenta el proceso de subida y bajada de las puntas con un correcto trabajo articular, la fuerza y elasticidad de los dedos, así como la sujeción en el espacio del cuerpo y por tanto la comprensión del control del eje corporal con las zapatillas de puntas sobre uno y dos pies.
- c) **Realizar un ejercicio en el centro específico para chicas en puntas, realizando una combinación de pasos que el profesor considere adecuado.** Con este criterio se pretende comprobar el desarrollo de la fuerza de los pies y el conocimiento del trabajo del pie, para la subida y la bajada de las puntas en los ejercicios de centro.

3.2. CRITERIOS DE PROMOCIÓN.

- a) La alumna debe haber asimilado conceptualmente la correcta colocación del cuerpo en los ejercicios con puntas, así como su utilización en los procedimientos básicos de este nivel.
- b) La alumna habrá desarrollado el control del cuerpo y la coordinación básica en los ejercicios de puntas tanto de barra como de centro.
- c) Comprobar el control en la subida y bajada de las puntas, así como la realización correcta de los ejercicios que sobre dos piernas sean propios de este nivel.

3.3. CRITERIOS DE CALIFICACIÓN.

Para superar la asignatura debe obtenerse una calificación mínima de 5 puntos, resultante de la aplicación de los siguientes porcentajes:

- Aspectos técnicos: 60%.
- Aspectos artísticos: 20%.
- Aspectos actitudinales: 20%.
-

Es necesario superar al menos la mitad del porcentaje de los aspectos técnicos, para poder sumar el porcentaje de los otros dos apartados.

4. METODOLOGÍA.

En el proceso de enseñanza-aprendizaje, el profesorado ha de ser guía, aconseja a la vez que da soluciones concretas a problemas y dificultades. Debe dar opciones y no imponer criterios, así como estimular, ensanchar la receptividad y la capacidad de respuesta del alumnado ante el hecho artístico. La alumna es protagonista principal en la construcción de su personalidad artística.

En lo que a técnica se refiere, es necesario concebirla en un sentido profundo, como parte fundamental del todo artístico, considerarla como un medio y no un fin. En la práctica diaria tendremos en cuenta que las repeticiones no construyen conocimiento, por eso es necesaria una actividad intelectual, la cual se pueda desarrollar mediante la indagación y el descubrimiento por fases, ya que todo lo aprendido por uno mismo se fija con más solidez.

4.1. PRINCIPIOS METODOLÓGICOS.

- a) Hay que facilitar a las alumnas los objetivos de la tarea, de forma comprensiva y de acuerdo con su edad.
- b) Hay que activar la motivación del aprendizaje, por lo que los medios didácticos han de ser variados y atractivos para lograr las intenciones educativas.
- c) Hay que estructurar el proceso de aprendizaje de forma adecuada desde el punto de vista didáctico y metodológico.
- d) Debe existir la posibilidad de que todas las alumnas experimenten éxitos de aprendizaje.
- e) Es importante el trabajo de interdisciplinariedad que se llevará acabo según la perspectiva del Centro, del profesorado y de las

necesidades de las alumnas. El trabajo solidario del Equipo Educativo es fundamental para diseñar una acción coordinada que permita un aprendizaje constructivo-significativo.

- f) Se deben planificar las clases observando las capacidades de las alumnas y con una secuenciación clara de los objetivos y contenidos que realizaremos en cada sesión o en un conjunto de ellas.
- g) Adecuaremos los ejercicios en función de su duración y dificultad.
- h) Los ejercicios de la barra estarán relacionados con los del centro y se realizarán por igual con ambas piernas.
- i) Se llevará a cabo una evaluación continua con objeto de suscitar la necesaria tensión y esfuerzo físico y mental continuado a lo largo del curso.
- j) El reconocimiento de los resultados por parte del alumnado para corregir errores, mejorar y obtener más exactitud.
- k) Graduar las actividades de tal forma que, a partir de lo más fácil, las alumnas vaya obteniendo éxitos sucesivos.
- l) Distinguir entre trabajo individual y trabajo individualizado.