

2º ENSEÑANZAS PROFESIONALES

ASIGNATURA: TÉCNICA ESPECÍFICA DE LA BAILARINA

1. OBJETIVOS.

- a) Afianzar los contenidos específicos de puntas correspondientes a 1º de enseñanzas profesionales
- b) Controlar la correcta colocación del cuerpo que permita el correcto desarrollo de los movimientos propios de este curso.
- c) Adquirir la elasticidad muscular, movilidad articular y sujeción en los pies y piernas idónea para poder realizar los movimientos sobre las puntas adecuado al nivel
- d) Adquirir un mayor fortalecimiento de los pies.
- e) Corregir y desarrollar todos los movimientos adquiridos con la coordinación correcta, dentro del ritmo y sentido musical necesario de la técnica de punta.

2. CONTENIDOS.

2.1. CONTENIDOS CONCEPTUALES Y PROCEDIMENTALES.

- a) Perfeccionamiento de todos los pasos adquiridos en el curso anterior, así como la comprensión de los ejercicios de técnica de puntas que contienen la barra y el centro de este nivel.
- b) Continuidad en la preparación para el desarrollo de una base sólida, con un trabajo de control tanto en el ámbito articular, como muscular tanto en la barra como en el centro.
- c) 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.

PRIMER TRIMESTRE

A los contenidos de años anteriores en los que se profundizará la calidad, se les suman los siguientes a trabajar de frente y de perfil a la barra:

BARRA

- Relevé en cuarta posición recogiendo dedos
- Souplesse devant desde quinta posición relevé.
- Sousous trasladado.
- Jeté relevé en croix desde quinta posición.
- Jeté relevé devant, partiendo desde cuarta posición plié.
- Cambios de peso desde dos pies a uno, partiendo desde plié y finalizando a una posición en l'air a 45° y finalizando a coud de pied y retiré.
- Pas de bourrée dessus et dessous.
- Piqué al cou de pied (avanzando).
- Piqué arabesque.
- Soutenu en croix desde tendu plié (bras ba).
- Soutenu en dedans completo de perfil.
- Soutenu en dehors por ½ giro.
- Pas de bourrée en avant y en arrière.
- Ballonné por piqué à la seconde.
- Preparación de pirouette en dehors desde cuarta (frente a la barra).
- Pirouettes por ¼ y ½ giro en dehors y en dedans desde quinta posición.

CENTRO

- Preparación del piqué soutenu.
- Piqué failli.
- Pas marché sin batir.
- Sousous trasladado.
- Soutenu en dedans por ½ giro.
- Échappé a la cuarta, plié y cou de pied devant y derrière.
- Echappé a la cuarta, plié y retiré devant y derrière.

SEGUNDO TRIMESTRE**BARRA**

- Souplesse devant desde primera posición relevé.
- Échappé doble a la cuarta posición.
- Assemblé en croix.
- Jeté relevé al arabesque, partiendo desde la cuarta posición plié.
- Dégagé lente desde sousous bajando al plié.
- Développé en croix sin bajar.
- Soutenu en dehors en tournant frente a barra.
- Pas de bourrée en tournant por $\frac{1}{2}$ giro.
- Pirouette simple en dehors desde cuarta posición.
- Pirouette simple en dehors desde quinta posición.
- Preparación de pirouette en dehors desde segunda posición por $\frac{1}{4}$ de giro.
- Preparación de pirouette en dedans, frente a barra, desde la cuarta posición tombé.

CENTRO

- Piqué balloné.
- Pirouette en dehors por $\frac{1}{4}$ y $\frac{1}{2}$ giro desde cuarta y quinta posición.
- Relevés al cou de pied y al retiré continuados.
- Relevé a la cuarta delante y al arabesque desde quinta.
- Pas de bourrée dessus dessous en tournant, por $\frac{1}{2}$ giro.
- $\frac{1}{2}$ soutenu en dehors.
- Piqué soutenu en tournant.
- Chassé relevé en avant.
- Pirouette simple en dehors desde cuarta posición.
- Iniciación a los déboulés.

TERCER TRIMESTRE**BARRA**

- Souplesse devant desde segunda posición relevé.
- Échappé en croix simple y doble.
- Glissade en arrière.
- Sissonne en avant y à la seconde.
- Piqué al cou de pied en arrière.
- Pirouette en dehors desde cuarta posición.
- Preparación de pirouette en dehors, desde segunda posición, por $\frac{1}{2}$ giro.

CENTRO

- Sissonne en avant.
- Échappé à la seconde por cuartos.
- Soutenu en tournant en dehors y en dedans.
- Chassé relevé à la seconde.

- Piqué arabesque failli en diagonal.
- Piqué en dedans por $\frac{1}{2}$ y giro completo
- Preparación del piqué en dehors.
- Pirouette simple en dehors desde quinta posición..
- $\frac{1}{2}$ pirouette en dedans.

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) **Realizar ejercicios en barra específicos 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 en la barra de dichos ejercicios, teniendo en cuenta el proceso de subida y bajada de las puntas con un correcto trabajo articular y sujeción en el espacio del cuerpo, tanto sobre dos piernas como sobre una, los piques sobre una pierna con el consiguiente traslado de eje.
- b) **Realizar ejercicios de pirouettes en centro específicos para chicas, que el profesor considere apropiados.** Con este criterio se trata de evaluar si el dominio en la subida y bajada de las puntas se realiza con un control del eje corporal.
- c) **Realizar ejercicios en el centro en puntas conteniendo uno de ellos pasos incluidos en los grandes saltos, que el profesor considere adecuados.** Con este criterio se trata de evaluar el dominio tanto procedimental como conceptual en la ejecución en el centro de dichos ejercicios, teniendo en cuenta el proceso de subida y bajada sobre una punta con un correcto trabajo articular, la extensión y control de la pierna base en los relevés suivis y sissonnes, la fuerza y elasticidad de los dedos,

así como la sujeción del cuerpo en el espacio, y por tanto la comprensión del control del eje corporal en la realización de las piruetas dobles, con las zapatillas de puntas.

- d) **Realizar ejercicios de centro a tiempo de adagio.** Con este criterio se pretende comprobar la capacidad de las alumnas para realizar movimientos lentos y expresivos y su evolución en la estabilidad y equilibrio.
- e) **Realizar ejercicios de centro a tiempo de allegro.** Con este criterio se pretende comprobar si la alumna ha conseguido la fuerza para los saltos sobre las puntas y la realización de saltos sobre dos pies con las zapatillas de puntas.

3.2. 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 a cabo 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.