

## 2º ENSEÑANZAS PROFESIONALES

### ASIGNATURA: TÉCNICA ESPECÍFICA DE LA BAILARINA

#### 1. OBJETIVOS.

1. Afianzar los contenidos específicos de puntas correspondientes a 1º de enseñanzas profesionales
2. Controlar la correcta colocación del cuerpo que permita el correcto desarrollo de los movimientos propios de este curso.
3. 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
4. Adquirir un mayor fortalecimiento de los pies.
5. 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.

1. 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.
2. 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.
3. Estudio de los pasos básicos propios de este nivel.

#### 2.1. CONTENIDOS ESPECÍFICOS.

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

##### **BARRA**

- Souplesse devant desde primera posición relevé.
- Échappé doble a la cuarta posición.
- Echappés relevés a la cuarta.
- Subida a 5º posición relevé, subiendo la de atrás o la de delante.
- Souplesse devant desde quinta posición relevé.
- Jeté relevé en croix desde el plié.
- Jeté relevé devant, partiendo desde cuarta posición plié.
- Jeté relevé al arabesque, partiendo desde la cuarta posición plié.
- Cambios de peso desde dos pies a uno, partiendo desde plié y finalizando a una posición en l'air a 45º y finalizando a coud de pied y retiré.
- Pas de bourrée dessus et dessous (con dos manos a la barra).
- Piqué al cou de pied en avant y en arrière terminando en coupé delante.

- Piqué arabesque.
- Soutenu en croix desde tendu plié (bras ba).
- Soutenu en dedans completo de perfil.
- Soutenu en-dehors por  $\frac{1}{2}$  giro.
- Pas de bourrée en avant y en arrière.
- Assemblé en croix.
- Ballonné por piqué à la seconde (a tiempo más rápido que en 1º).
- Preparación de pirouette en dehors desde cuarta (frente a la barra).
- Pirouettes en coupé por  $\frac{1}{2}$  giro en dehors y en dedans desde quinta posición. También trabajar pirueta a coupé  $\frac{3}{4}$  terminando frente a la barra.
- Pliés-relevés con diferentes acentos arriba y abajo.
- Ejercicios de tendus, jetés.
- Ejercicios de saltos combinados con relevés.
- Pas marché sin batir.
- Temps levés en quinta posición.
- Dégagé lente desde sousous bajando al plié.
- Développé en croix sin bajar.
- Soutenu en dehors en tournant frente a barra.
- Pirouette simple en dehors de cuarta y de quinta posición.
- Preparación de pirouette en dehors desde primera posición por  $\frac{1}{4}$  de giro.
- Preparación de pirouette en dehors, desde segunda posición, por  $\frac{1}{2}$  giro.
- Preparación de pirouette en dedans, frente a barra, desde la cuarta posición tombé.
- Preparación del piqué en dehors.
- Relevés continuados al coupé detrás sobre una pierna.
- Souplesse devant desde segunda posición relevé.
- Échappé en croix simple y doble.
- Glissade en arrière (trabajándola con la pierna de la barra).
- Sissonne en avant y à la seconde.
- Piqué en arrière terminando al coupé delante.

## CENTRO

- Combinaciones de tendus en croix con relevés en 1º y 2º.
- Piqué glissade devant y à la seconde.
- Échappé a la cuarta, plié y cou de pied devant y derrière.
- Echappé a la cuarta, plié y retiré devant y derrière.
- Échappé à la seconde por cuartos.
- Ejercicios de saltos combinados con relevés.
- Piqué ballonné, más seguidos que en la barra.
- Pirouette en dehors 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.
- $\frac{1}{2}$  soutenu en dehors.

- Soutenu en tournant en dehors y en dedans, combinados con dessus y dessous.
- Pas marché sin subir a la punta, quedándose en coupé. Chassé relevé en avant y à la seconde.
- Pirouette simple en dehors desde cuarta posición.
- Iniciación a los déboulés (trabajados en línea recta, no en diagonal).
- Piqué en dedans giro completo.
- Pirouette simple en dehors desde quinta posición.
- Pirouette completo en dedans.

### 3. EVALUACIÓN.

El profesor 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. Una vez conocido este nivel de partida, podrá llevar a cabo el desarrollo de la programación didáctica, adaptándola a la realidad del grupo-clase. La evaluación será continua, integradora e individualizada, teniendo en cuenta tanto las actitudes como las aptitudes y progresos de cada alumno.

Se aplicará el proceso de evaluación continua, siempre y cuando, se asista al 70% de las clases lectivas, de cada trimestre. En caso pérdida de la misma, el alumno/a tendrá derecho a una prueba por trimestre, teniendo en cuenta los criterios de evaluación, promoción y calificación, establecidos en esta programación.

#### 3.1. CRITERIOS DE EVALUACIÓN.

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: 70% (colocación, coordinación, eje corporal, control de peso y ritmo).
- Aspectos artísticos: 30% (expresividad, interpretación, creatividad y musicalidad).

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

### 3.3. CRITERIOS DE PROMOCIÓN.

Para poder promocionar el/a profesor/a, en la aplicación de los Criterios de Evaluación, estimará si el alumnado ha alcanzado los siguientes mínimos establecidos:

- 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.