

## 3º ENSEÑANZAS PROFESIONALES

### ASIGNATURA: TÉCNICA ESPECÍFICA DE LA BAILARINA

#### 1. OBJETIVOS.

1. Afianzar los contenidos específicos de puntas correspondientes al curso anterior.
2. Fortalecer la musculatura necesaria para ejecutar los diferentes pasos y dominarlas tres formas de elevación sobre la punta (piqué, relevé y sauté).
3. Realizar con naturalidad y corrección los entrepasos, así como los pasos ya estudiados en media punta. Mejorar la suavidad de movimiento, así, como la sensación de ligereza, evitando crispación en el movimiento.
4. Buscar una buena sujeción del relevé cuando el cuerpo está sobre un solo pie y progresar en el control de la bajada en un solo pie.
5. Realizar los saltos más simples estudiados ya en media punta, pero con las zapatillas de punta. Ejecutar también sautés en uno y dos pies.
6. Controlar la correcta colocación del cuerpo que permita el desarrollo óptimo de los movimientos propios de este nivel.
7. Controlar la coordinación motriz para realizar correctamente los impulsos de las subidas haciendo especial mención a la articulación de los pies.
8. Controlar la alineación de cuerpo de forma que permita desarrollar con fluidez la coordinación y ejecución de todos los movimientos sobre las puntas.
9. Valorar la importancia de la danza en puntas propias de este nivel y de esta especialidad.

#### 2. CONTENIDOS.

1. Perfeccionamiento de todos los pasos en puntas adquiridos en los cursos anteriores, así como la comprensión de los ejercicios que contienen la barra y el centro de este nivel.
2. Afianzamiento en el control del eje corporal sobre las puntas para la realización de las pirouettes simples y dobles, y diagonales de giros enlazados.
3. Afianzamiento en el trabajo de puntas en ejercicios de pequeños saltos y batterie, así como en la realización de los grandes saltos combinados con relevés a puntas.

## 2.1. CONTENIDOS ESPECÍFICOS.

Se trabajarán los contenidos estudiados en los cursos anteriores además de los siguientes:

### **BARRA**

- Relevé sobre una pierna en las posiciones de cou de pied, retiré, arabesque attitude devant y derrière.
- Sousoutrasladado.
- Développé en croix (subiendo y bajando del relevé).
- Chassé relevé en croix.
- Rond de jambe en l'air por piqué.
- Tombé devant ligado con un relevé arabesque y attitude.
- Sissonne en arrière.
- Pirouette en dedans desde cuarta tombé pasando por dégagé à la seconde en face.
- Pas de bourrée en tournant por ½ giro.
- Soutenu en dehors en tournant frente a barra.
- Piqué en avant en grandes posiciones (arabesque y attitude).
- Ejercicios de relevés combinados con saltos.
- Preparación de pirouette en dedans, frente a barra, desde la cuarta posición tombé.
- Sissonne en avant y à la seconde.
- Tombé relevé en croix, en segunda con dos manos a la barra.
- Piqué en arrière a la cuarta devant.
- Rond de jambe en l'air en relevé (2 manos a la barra).
- Dos relevés continuados en grandes posiciones.
- Preparación del fouetté en tournant.
- Pirouettes simples en dehors y en dedans, acabadas en pointé delante y segunda o cou de pied.
- Piqué failli.
- Changements en puntas.
- Preparación del grandpirouette en dehors y en dedans en arabesque.
- Grand fouetté en dedans por piqué y por plié-relevé.
- Estudio del sissonne en punta en croix.
- Grand rond de jambe en dedans desde segunda posición a la cuarta delante o desde el relevé passé.
- Grand rond de jambe por piqué o por plié.
- Grand fouetté en dehors por piqué y por plié-relevé.
- Relevés continuados en grandes posiciones combinados con relevés delante y detrás.

### **CENTRO**

- Échappés en tournant por 1/2.
- Sousoutrasladado.
- Relevés continuados sobre un pie en cou de pied (al menos cuatro).
- Relevés continuados al retiré.
- Relevé a la cuarta delante y al arabesque desde quinta.

- Pas de bourrée en tournant (desde diferentes posiciones).
- Pirouettes simples desde 5ª posición en dehors enlazadas (al menos dos).
- Repaso de todos los giros en diagonal estudiados en curso anterior incrementando la velocidad.
- Piqué soutenu en tournant.
- Rond de jambe en l'air por piqué, delante y segunda.
- Relevés sobre un pie en grandes posiciones combinados con entrepasos.
- Piqué failli.
- Sissone ouvert y fermé.
- Pirouette doble desde cuarta posición en dehors.
- Emboîté en tournant.
- Piqué en dehors.
- Estudio de la preparación de grandes pirouettes en dedans
- Inicio al manège por soutenu.
- Trabajo de grandes saltos combinados con relevés en puntas.
- Ejercicios de saltos combinados con entrepasos (sin subir a la punta).

### 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) 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 ejercicios en barra específico para chicas en puntas, que el profesor considere apropiado mostrando la mejoría de las alumnas en cuanto a fuerza y control muscular, así como la limpieza técnica y la buena coordinación de movimiento.** Con este criterio se pretende evaluar el dominio tanto procedimental como conceptual en la ejecución de dichos ejercicios, teniendo en cuenta el proceso de subida y bajada sobre una punta con un correcto trabajo articular.
- 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 relevéssuivis 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.

### **3.3. 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: 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.

### **3.4. 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 conceptual y procedimentalmente la correcta colocación del cuerpo en los ejercicios de técnica de puntas propios de este nivel.
- b) La alumna habrá desarrollado el control del cuerpo y la coordinación básica en los ejercicios específicos de puntas tanto en centro como en barra.
- c) Comprobar el control en la subida y bajada de las puntas, así como la realización correcta de los ejercicios que sobre una pierna sean propios de este nivel, dominando los giros simples y entendiendo el procedimiento de los giros dobles.

