

Programa Taller de Danza

Centro Universitario de Occidente, San Ramón.

Introducción: El desarrollo del programa consiste en darle al alumno un primer nivel de adiestramiento a nivel elemental, de las técnicas del Ballet Clásico y la Danza Moderna enseñándole a utilizar su cuerpo en forma pensada, dinámica y empusante por las vías de autoexpresión que esto conlleva. El logro del cuerpo, la flexibilidad y el lirismo necesarios para lograr esta meta están inherentes a la forma potencial en todo ser humano, y el esfuerzo y la constancia, son los medios que ayudarán a alcanzar el objetivo fijado, tanto en alumnos como en el profesor.

Posiciones Básicas de Ballet Clásico:

- Barra:
- 1- Posiciones de los pies
 - 2- Abertura muscular (audelors)
 - 3- Cou du pied y passé
 - 4- Tendue y jeté
 - 5- Demi y grand plié. Relevé
 - 6- Rond de jambe, fondué, developpé, arabesque y batman
 - 7- Posición de brazos y cabeza
 - 8- Posición del cuerpo: arabesque, effacé y au courir
- Centro:
- 1- Adagio
 - 2- Allegro
 - 3- Prep. pirueta
- III Diagonal: 1- Sauts: en positions jeté, assemblé y grand jeté

En el centro y la diagonal se trabajará todo lo practicado en la barra enseñándole en frases de distinta duración.

Posiciones básicas de Danza Moderna: se trabajarán además de ciertos conceptos ya tratados en Ballet los siguientes nuevos conceptos:

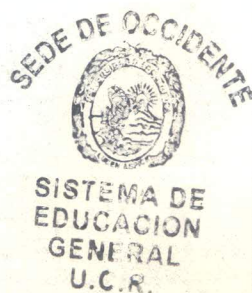
- 1- Paralelas y diagonales
- 2- Tensión y Relajación
- 3- Peso y Resistencia
- 4- Ritmos básicos: Inicial-terminal Transicional.
- 5- Niveles: alto-medio-profundo
- 6- Soporte y Postura
- 7- Aislaciones y conducción
- 8- Girs: estables e inestables
- 9- Caídas
- 10- Balanceo
- 11- Impulsos
- 12- Equilibrios
- 13- Rotaciones

Al igual que en Ballet, se trabajará en la barra, centro y diagonal, utilizando además el "piso" para dar estiramientos y ejercicios específicos para fortalecer ciertas partes del cuerpo muy utilizadas como: estómago, espalda y piernas.

Para la evaluación se tomarán en cuenta los siguientes conceptos:

- 1- Asistencia 50%
- 2- Esfuerzo 30%
- 3- Asimilación 20%

Sal Carballo B
1980.



Programa Taller de Danza

Unversitario, de Occidente. San Ramón.

Introducción: El desarrollo del programa consiste en darle al alumno un período de adaptación a nivel elemental, de las técnicas, del Ballet Clásico y la Danza Moderna enseñándole a utilizar su cuerpo en forma pensada, dinámica y comprensiva por las vías de autoexpresión que esto conlleva. El logro del mismo, la flexibilidad y el brismo necesarios para lograr esta meta están inherentes en forma potencial en todo ser humano, y el esfuerzo y la constancia son medios que ayudarán, a alcanzar el objetivo fijado, tanto en alumnos como en el profesor.

Posiciones básicas de Ballet Clásico:

Barra: 1- Posiciones de los pies

2- Abertura muscular (auditors)

3- Cou du pié y passé

4- Tendue y jeté

5- Demi y grand plié. Relevé

6- Rond de jambe, fondué, developpe

aulopie y batman

7- Posición de brazos y cabeza

8- Posición del cuerpo: a la 2a, 3a y 4a

III Diagonal: 1- Saut: en posiciones

jeté, assemblé y grand jeté

Centro: 1- Adagio

2- Alegro

3- Prep. pirueta

En el centro y la diagonal se trabajará todo lo practicado en la barra utilizando en frases de distinta duración.

Posiciones básicas de Danza Moderna: se trabajarán además de ciertos puntos ya tratados en Ballet los siguientes nuevos conceptos:

1- Paralelos y diagonales

2- Tensión y Relajación

3- Peso y Resistencia

4- Ritmos básicos: Inicial-terminal

Transicional.

5- Niveles: alto-medio-profundo

6- Soporte y Postura

Al igual que en Ballet, se trabajará en la barra, centro y diagonal, utilizando además el "piso" para dar estiramientos y ejercicios específicos para fortalecer ciertas partes del cuerpo muy utilizadas como: estómago, espalda y piernas.

Para la evaluación se tomarán en cuenta los siguientes conceptos:

1- Asistencia 50%

2- Esfuerzo 30%

3- Asimilación 20%

José Carballo B
1980.

