

**PROGRAMA ACTIVIDAD CURRICULAR**

<b>Componentes</b>	<b>Descripción</b>
Nombre del curso	Técnica del Ballet I.
Course Name	Ballet Technique I
Código	
Unidad académica/ organismo de la unidad académica que lo desarrolla	Facultad de Artes, Departamento de Danza
Carácter	Obligatorio
Número de créditos SCT	3
Línea de Formación	FB
Nivel	I Semestre
Requisitos	Sin Prerrequisitos
Propósito formativo	<p>El curso entrega herramientas iniciales que permiten reconocer y aplicar conscientemente las posibilidades de la propia anatomía en la práctica del ballet, comprendiendo la técnica como una práctica funcional que potencia la economía y eficiencia del movimiento.</p> <p>Se trabaja en la aplicación consciente de las herramientas básicas de la técnica en vías de la construcción de una clase de nivel inicial. A través de la exploración se indagará en los principios fundantes de la técnica tales como la verticalidad, las rotaciones externas, las extensiones de piernas, el trabajo de pies, Traslado de peso, la respiración, las coordinaciones y la musicalidad de las cualidades del movimiento propias del ballet.</p>
Competencias específicas a las que contribuye el curso	1 Interpretar danza contemporánea.
Sub-competencias específicas a las que contribuye el curso	1.1.1 Aplicando habilidades corporales a través de la exploración somática, kinética y técnicas del movimiento para ampliar su registro interpretativo.

<p>Competencias genéricas transversales a las que contribuye el curso</p>	<p>3.- Capacidad autocrítica: examinar los procesos y resultados de las propias acciones y trabajos, siendo capaz de establecer tanto las propias fortalezas a mantener como las debilidades a superar, para regular sus acciones mediante una planificación orientada a la mejora.</p>
<p>Resultados de aprendizaje</p>	<p>1- Conoce de manera práctica y teórica los pasos básicos de la técnica para ejecutar una clase de nivel inicial.</p> <p>2- Respeta su estructura anatómica en la práctica de la técnica, distinguiendo y ejecutando los diferentes ejercicios desde la articulación coxofemoral, tanto en el trabajo de peso en pierna de soporte y pierna de trabajo en los diferentes ejercicios para movilizar el cuerpo de manera fluida generando mayor cuidado y eficiencia en la práctica.</p> <p>3-Trabaja de manera perseverante y autocrítica generando una práctica sostenida.</p>
<p>Saberes / Contenidos</p>	<p><b>I - (Desarrollo según proceso)</b></p> <p>-Ejercicios de preparación</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● Columna y pelvis móvil</li> <li>● Ejercicios de piso</li> <li>● Alineación</li> </ul> <p style="text-align: center;"><b>Barra</b></p> <p>- Alineación - Bidireccionalidad</p> <p>- Práctica y consciencia</p> <p>- Soportes y centro de peso</p> <p>- Coordinación foco-mano-torso-piernas</p> <p>- Respiración y movimiento</p> <p>- Musicalidad y cualidades rítmico-temporales de los pasos</p>

- Ejercicios básicos y sus derivados:

- Pliés: 1ª, 2ª, y 5ª posición
- Grand Pliés: 1ª, 2ª y 5ª posición
- Relèves: en 1ª, 2ª, y 5ª posición
- Port de bras: 1º, 2º, 3º, simple, souplesse, de coté y cambré.
- Battements tendus: desde y a demi-plié.
- Battements soutenus (Según proceso)
- Battements jetés: desde y a demi plié, con acentuación adentro y afuera, jetés en cloche y piques.
- Rond de jambe: par terre. En plié, en dehors y en dedans
- Rond de jambe: en l'air (Según proceso)
- Battements fondus: en planta
- Relevé lent

## II - Centro

- Alineación - Bidireccionalidad

- Práctica y conciencia

- Soportes y centro de peso

- Coordinación foco-mano-torso-piernas

- Respiración y movimiento

- Musicalidad y cualidades rítmico-temporales de los pasos

- Saltos, iniciando diferentes posibilidades de aterrizaje (de una a una pierna, de dos a dos piernas y de dos a una pierna). (Según proceso)

- Ejercicios básicos y sus derivados: **Desarrollo según proceso**

	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Battements tendus:</li> <li>● Battements jetés:</li> <li>● Rond de jambe: desde plié.</li> <li>● Battements fondus.</li> <li>● Relevé lent.</li> <li>● Port de bras: 1°</li> <li>● Changements de pied.(según proceso)</li> <li>● Echappe sauté. (según proceso)</li> </ul>
<p>Metodologías</p>	<p>El método de estudio de este curso será a través de clases prácticas, demostrativas y experienciales que propicien el conocimiento del cuerpo para la técnica, utilizando diversas estrategias: exposición directa de información; repetición y reflexión; práctica y observación; el reconocimiento y manipulación, tanto del propio cuerpo como del otro, reforzando así las sensaciones y percepciones facilitando la construcción de un cuerpo disponible y particular para la técnica académica.</p> <p>Se pondrá especial énfasis en que cada estudiante busque a través desde la autorreflexión y sesiones que llamaremos laboratorio de investigación, su propia autonomía.</p> <p>El curso contempla dos sesiones presenciales, semanales, de carácter práctico</p> <p>El uso de la Bitácora será fundamental para el proceso de enseñanza aprendizaje. Todas las clases se destinarán unos minutos antes de cerrar, para escribir en ella. De esta manera propiciar la escritura y reflexión personal en torno al proceso particular de cada estudiante.</p> <p>Se trabajará desde el concepto de la presencia para desde ahí movernos, entendiendo la presencia como un lugar de acción y experiencia.</p> <p>-Los <b>aprendizajes</b> y contenidos en el ballet son <b>transversales</b> por lo que se irán integrando y <b>entrelazando</b> en cada clase, manteniéndose durante el proceso.</p>

Evaluación	Se contempla la realización de 3 evaluaciones durante el semestre, además del Examen final
Requisitos de aprobación	Para aprobar el ramo se requiere de un 85% de asistencia y nota mínima de 4.
Palabras clave	Técnica Consciencia Respiración Rotación Verticalidad Ballet Cuerpo Presencia.
Bibliografía obligatoria	-Perez Ma Elena: -Breve diccionario de la Técnica Académica
Bibliografía complementaria	-Calais-Germain, Blandine: <i>Anatomía del Movimiento</i> Tomo I y II Liebre de Marzo, 9 edición. Barcelona 2010. Vasarova Nadezhda y Mei Varvara: <i>El abce de la Danza Clásica</i> , Lom Ediciones. Santiago 1998 -Franklin, Erik: <i>danza: acondicionamiento físico</i> , Editorial Paidotribo, Barcelona 2006.