

PROGRAMACION
TALLER BALLET ADULTOS INICIACION
EMMDVO
CURSO 2025-2026



PROFESORA BALLET CLÁSICO :LYDIA BETTINA LOPEZ PEREZ

PROGRAMACION TALLER BALLET ADULTOS INICIACION

INTRODUCCION

La danza clásica es hoy la disciplina universal de base que todo alumno o bailarín debe poseer primero, para poder realizar, crear o transmitir después cualquier otro tipo de danza escénica . Su aprendizaje desarrolla en el alumno el conocimiento y dominio de su cuerpo haciendo de este el instrumento de su expresión artística.

Taller dirigido a las alumnas /os de edad y perfil adulto que quieran iniciarse en la disciplina del ballet clásico a un nivel básico de iniciación adaptado al cuerpo adulto.

Taller dirigido a alumnas/os de perfil adulto con interés en profundizar en la práctica de la disciplina clásica.

No hay edad para estudiar aquello que siempre se ha deseado con el fin de disfrutarlo.

Nota: En el taller pueden ser incluidas alumnas de otro perfil que no estén recibiendo formación en nuestro centro pero puedan ser integradas en el grupo si hay plaza.

1º OBJETIVOS

1.Fomentar la práctica de esta disciplina artística y su difusión dirigida a un alumnado en edad adulta que desee trabajar corporalmente en la clase de ballet.

2.Recibir una formación práctica y teórica adecuada en 1 hora semanal de clase de ballet .

3.Educar corporalmente al alumno en la práctica de la disciplina clásica y sus beneficios corporales.

4.Promocionar la disciplina del ballet clásico y sus beneficios en el perfil adulto.

5.La finalidad del taller es que las alumnas/os puedan disfrutar de esta disciplina artística en su clase de ballet donde trabajar corporalmente mejorando físicamente y mentalmente gracias a su esfuerzo personal .

La clase de ballet está centrada en el estudio del movimiento clásico con precisión, sensibilidad y respeto hacia la disciplina y el grupo .

2ºCONTENIDOS

PROGRAMACION BALLET

NIVEL INICIACION

1.Técnica corporal clásica:1º calentamiento,2º barra ,3º centro.

2.Barra mediapunta :Ejercicios técnicos nivel iniciación adultos

3.Centro mediapunta :Adagio , Allegro.

4.Ejercicios de técnica corporal clásica : iniciación técnica de giro ,iniciación técnica de salto.

5.Ejercicios de técnica corporal clásica :Equilibrios y attitudes clásicas

6.Variaciones clásicas libres nivel iniciación .

3º METODOLOGIA

1.Globalizadora

2.Expositiva

3.Activa :clase práctica presencial de ballet.

4.Cooperativa y progresiva en el aprendizaje teniendo en cuenta los niveles practicados en clase de ballet clásico .