

## Cuarto curso

### OBJETIVOS

- Introducir la 4ª posición.
  - Iniciar al alumno en las piruetas.
1. Conocer y reconocer todos los pasos aprendidos de los cursos anteriores.
  2. Saber aplicar correctamente la colocación general del cuerpo.
  3. Trabajar la flexibilidad articular y elasticidad muscular general del cuerpo.
  4. Desarrollar el trabajo del equilibrio a relevé sobre una pierna.
  5. Trabajar y adquirir la coordinación general del cuerpo en los ejercicios propios de este nivel.
  6. Iniciar el estudio de la técnica de giro
  7. Aplicar la fuerza y elasticidad necesaria en la ejecución de los saltos propios de este nivel.
  8. Desarrollar la musicalidad, iniciando al alumno/a en la relación entre acentos musicales y musculares.
  9. Utilizar el espacio tanto individual como grupal.
  10. Desarrollar la creatividad del alumno/a a través de la música u otros y la capacidad de mostrar con su cuerpo el gusto y amor por la danza.
  11. Comprender la importancia de la realización correcta de los movimientos aprendidos con sus correspondientes tiempos musicales.
  12. Iniciar a la alumna en la técnica de puntas.
  13. Mantener una actitud adecuada, necesaria para una clase de ballet
  14. Mostrar una actitud de respeto e interés hacia el profesor, los compañeros y la asignatura

15. Cumplir las siguientes normas de convivencia: higiene, indumentaria y puntualidad.

## **CONTENIDOS**

### **BARRA**

1. Demi plié en todas las posiciones.
2. Gran plié en 4ª
3. Souplesse en avant, de coté y cambré e inicio del demi circular.
4. Battement tendú con diferentes acentos
5. Piqué a 5ª relevé en avant, a la seconde y en arriere.
6. Temp lié en avant, a la seconde y en arriere
7. Chassé en avant, a la seconde y en arriere.
8. Battement jeté con diferentes acentos.
9. Battement jeté pointé devant, a la seconde y derriere.
10. Battement cloche
11. Battement soutenu devant, a la seconde y derriere
12. Rond de jambe a terre en dehors y en dedans.
13. Ron en l'air en dehors y en dedans
14. Battement fondú en l'air devant, a la seconde y derriere
15. Battement frappé desde coupé, cou de pied y flex devant, a la seconde y derriere.
16. Battement frappé doble a la seconde.
17. Petit battement sur le cou de pied suivi
18. Developpé devant, a la seconde y derriere.
19. Fouetté por promenade en dedans por cuartos a terre.
20. Trabajo de posiciones abiertas a pie plano: attitude devant y derriere, arabesque y 4ª delante.
21. ½ promenade en retiré devant en dehors y en dedans.
22. Pas de bouré por coupé en dehors, dessus y dessous.
23. Échappé a relevé a 2ª y 4ª
24. Pirouette desde 5ª y 4ª posición, a coupé y retiré devant en dehors
25. Grand battement devant, a la seconde y derriere

26. Trabajo del pie a la mano y grand écart.

## **CENTRO**

### **Pas de liason**

1. Battement tendú devant y a la seconde, girando 1/8 en dehors y en dedans.
2. Temp lié en avant, a la seconde y en arriere
3. Chassé en avant, a la seconde y en arriere
4. Pas de bourré por coupé y retiré dessus y dessous
5. Battement fondú a 45º devant, a la seconde y derriere
6. Grand battement devant, a la seconde y derriere
7. Tombé pas de bouré
8. Piqué a coupé a relevé, en avant y a la seconde

### **Adagio**

9. Grand plié en 5ª posición
10. Developpé devant y a la seconde
11. Los cuatro arabesque en l'air
12. ½ promenade en retiré devant en dehors y en dedans

### **Pirouettés**

13. Preparación, ½ y pirouetté completa desde 5ª y 4ª posición en coupé y retiré devant en dehors.

- pirouette en dedans desde 4ª tombé directamente a retiré

### **Allegro**

14. Temps levé en coupé derriere
- 15 Soubresaut con desplazamiento hacia delante y hacia atrás
16. Échappé sauté a la 4ª posición
17. Sissonne simple devant y derriere
18. Royale

19. Preparación al tour en l'air (1/4 de giro)

- Glissade- assamble con coordinación de brazos.

### **Grand allegro**

20. Pas balance a la seconde. Pas de vals en las distintas direcciones

21. Temp levé en retiré derriere y en arabesque

22. Sissonne fermé en avant

### **Diagonal**

23. Tour deboule

25. ½ Piqué en dedans

26. pique soutenus en tournant.

- Trabajo de la improvisación
- Reverencia

### **Puntas**

#### **En la barra, con dos manos.**

1. Relevés en 6ª, 1ª y 2ª, sin plié (a tracción) y desde plié. Bajadas lentas y a plié.
2. Relevé a 5ª sou-sous, desde plié y bajando a plié.
3. Échappés a 2ª
4. Pas de bourrée dessus y dessous por dégagé, por coupé y retiré.
5. Pas courú.
6. Equilibrio en 1ª y 5ª relevé.

## **CRITERIOS DE EVALUACIÓN**

Realizar en la barra y centro ejercicios para comprobar si el/a alumno/a ha conseguido:.

1. La colocación general del cuerpo en posición estática y en movimiento.
2. La coordinación de todas las partes del cuerpo en la ejecución de los ejercicios propios de este nivel
3. El equilibrio sobre una pierna a relevé.
4. La flexibilidad articular y elasticidad muscular general del cuerpo.
5. El sentido de la musicalidad.
6. La capacidad de mostrar con su cuerpo el gusto y amor por la danza
7. La percepción espacial individual y grupal
8. la creatividad del alumno/a, a través de la música u otros.

A través de la observación comprobar si el/a alumno/a ha asimilado la importancia de la realización adecuada de los movimientos aprendidos propios de este nivel

A través de la observación, comprobar si el alumno/a ha cumplido las normas de convivencia, así como si ha mostrado una actitud de respeto e interés hacia el profesor, los compañeros y la asignatura.

## **TEMPORALIZACIÓN.**

Será a criterio del profesor que imparta el curso, dependiendo del progreso del grupo.

## **CRITERIOS DE PROMOCIÓN.**

- Mantener una actitud adecuada para una clase de ballet,
- Aplicar la colocación general del cuerpo en posición estática y en movimiento.

- Desarrollar la coordinación de todas las partes del cuerpo en la ejecución de los ejercicios propios de este nivel.
- Desarrollar la flexibilidad articular y elasticidad muscular general del cuerpo.