

EDUCACIÓN Y EXPRESIÓN DEL MOVIMIENTO



CUADERNO DE ACTIVIDADES

NOMBRE:
1º EEBB
GRUPO:

1º TRIMESTRE ACTIVIDAD 1



Dibuja en el folio en blanco que tienes a continuación tu clase de danza, colocando todos los elementos que se encuentran en ella. No te olvides de ponerle los puntos de la escena

¿Te acuerdas de todo lo que te ha explicado tu profesor/a que se necesita hacer en una clase de danza? Apunta a continuación alguna de ellas:



Por ejemplo:

1. No colgarte de las barras.
2. Mantener silencio
3.(Continúa la lista)

1º TRIMESTRE ACTIVIDAD 2



Une mediante una línea cada palabra con su significado:

	Tendido, estirado
PLIE	
	Doblar, plegar
ALARGAR	
	Hacer algo más largo en el espacio o en el tiempo.
TENDU	
	Disminuir la presión, la tensión o la fuerza
CONTRAER	
	Reducir a menor tamaño
RELAJAR	
	Levantarse de una superficie con impulso para caer en el mismo u otro lugar
FLEXIONAR	
	Doblar alguna parte del cuerpo
SALTAR	
	Hacia dentro
ALINEAR	
	Colocar en línea recta varias cosas, personas o partes del cuerpo
EN DEHORS	
	Hacia fuera
EN DEDANS	



El **PLIÉ** es un movimiento que se utiliza mucho en la danza clásica, nos servirá para realizar saltos y giros cuando seamos más mayores. Recuerda que las rodillas están en la misma dirección que los pies, con la espalda bien estirada y con los talones todo el rato en el suelo.



Dibuja un Plié en las posiciones de pies que has aprendido (sexta, primera y segunda) y ponle el nombre debajo de cada una de ellas.

1° TRIMESTRE ACTIVIDAD 3



Coloca cada palabra en el espacio que corresponda:

ALARGADO CODOS OMÓPLATOS FLECHAS LADOS HOMBROS
BRAZOS CLAVÍCULAS

Tener el torso colocado es muy importante para la danza. Necesita estar muy con la sensación de ser mucho más alto/a.

¡Pero cuidado! Sin subir los

En el torso hay dos huesos por delante que se llaman....., son alargados como y apuntan hacia los

Por detrás, en la espalda también hay dos huesos, que se llaman, son muy importantes para sujetar los y que los no se caigan.



La **ALINEACIÓN CORPORAL** es colocar y mantener en línea recta las diferentes partes del cuerpo. En clase utilizas muchas imágenes para acordarte de mantener la alineación. Escribe aquí debajo, todas las que conozcas.

1° TRIMESTRE ACTIVIDAD 4



LOS ELEMENTOS EN LA DANZA CLÁSICA

¿Sabías que en la danza clásica se usan muchos elementos para bailar? Se llaman *UTILERIA* y son utilizados por los bailarines o bailarinas dentro de las variaciones para enmarcarlas en un país o en una temática.

Por ejemplo, en un ballet que se llama *ESMERALDA* que fue creado por Jules Perrot junto con el compositor Cesare Pugni, se realizan variaciones con pandereta representando unas danzas húngaras. De ahí que utilicen este elemento.

También Balanchine utilizó panderetas en un ballet llamado *Tarantella*.

Vas a ver algunas de estas variaciones y luego, utilizando las mismas músicas, crearás un baile con la pandereta junto a tus compañeros/as.

OCTUBRE HOJA DE REFLEXIÓN



Ya llevas un mes de clase, ¿te acuerdas de algunas de las cosas que has aprendido en este tiempo?. Escríbelas aquí abajo:



¿Cómo te has sentido este mes? Explica brevemente las razones.

NOVIEMBRE HOJA DE REFLEXIÓN



¿Te has apuntado a la Semana Cultural? Apunta aquí algunas de las cosas que has aprendido y explica quién te la ha impartido.



¿Cómo te has sentido este mes? Explica brevemente las razones.

DICIEMBRE HOJA DE REFLEXIÓN



Aquí tienes un espacio para apuntar las correcciones que se te hacen en clase. ¿Las recuerdas?. Acuérdate de poner correcciones de todo el cuerpo, sin olvidar que los brazos también son muy importantes para bailar.



¿Cómo te has sentido este mes? Explica brevemente las razones.

2º TRIMESTRE ACTIVIDAD 5



El TENDU significa arrastrar, ya has aprendido hacia delante y hacia el lado. ¿Sabrías decir que parte del pie inicia el movimiento cuando el Tendu sale hacia delante? ¿Y cuando vuelve a su posición de inicio?



Elige la RESPUESTA CORRECTA:

1. El battement tendu a la seconde tiene que dirigirse por:

- Detrás de la pierna de base.
- En la misma línea de la pierna de base.

2. Cuando haces un battement tendu, el peso:

- Se va con la pierna que realiza el battement tendu.
- Se queda en la pierna portante.

3. Cuando cierras el battement tendu:

- La rodilla se dobla todo lo que puedas.
- La rodilla se alarga todo lo que puedas.

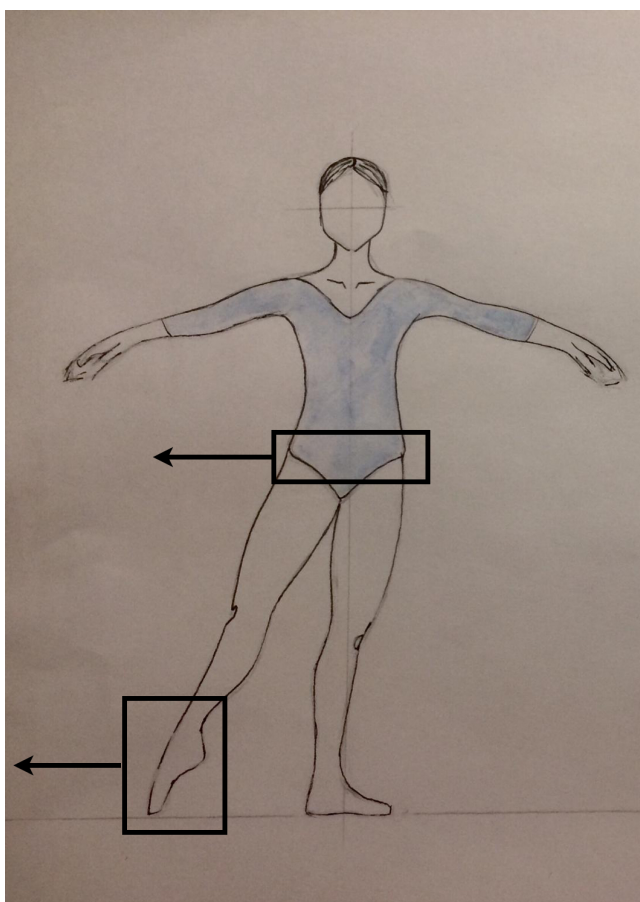
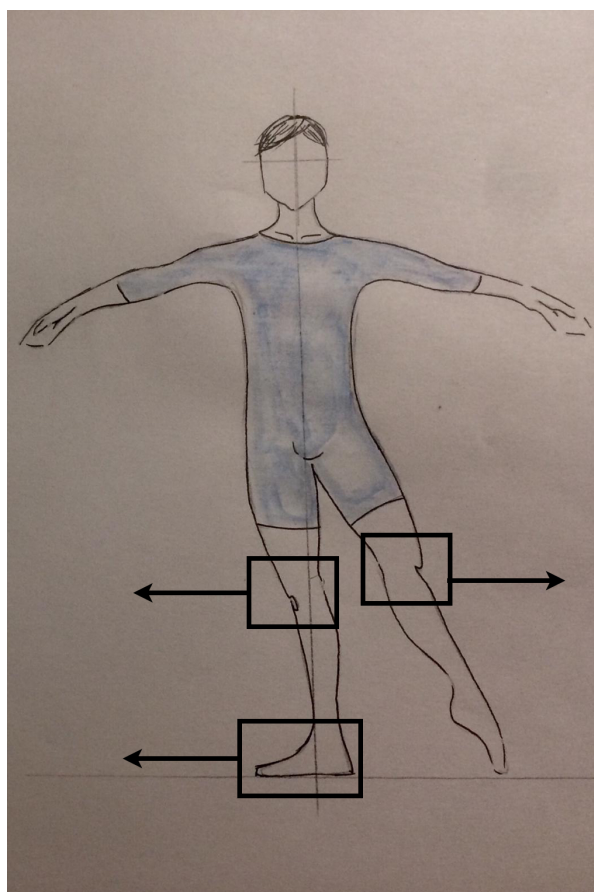
4. La diferencia entre el battement tendu y el battement jeté es:

- El battement jeté se despegas del suelo y el battement tendu no se despegas del suelo.
- El battement jeté no estira el pie y el battement tendu sí.

2º TRIMESTRE ACTIVIDAD 6



¡Hoy eres tú quien enseña danza!, pon al lado de cada flecha la corrección que el bailarín y la bailarina necesitan para que hagan correctamente el battement tendu y el battement jete.



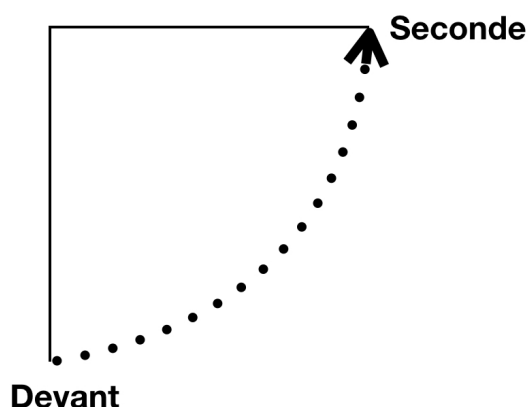
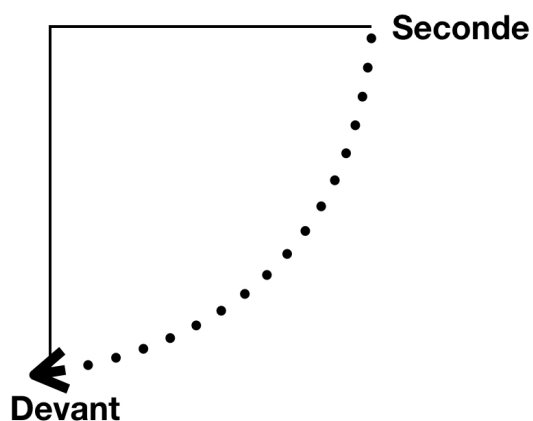
2° TRIMESTRE ACTIVIDAD 7



¿Te acuerdas que el DEMI ROND DE JAMBE es un movimiento de pierna que dibuja en el suelo una línea curva? A este paso se le puede poner un "apellido", si el movimiento se inicia desde battement tendu delante y termina en el battement tendu al lado, su "apellido" es en **dehors**.

En cambio, si se inicia desde battement tendu al lado y termina en el battement tendu delante, su "apellido" es en **dedans**.

Identifica y pon el "apellido" que le corresponde a cada dibujo y además une la línea de puntos. ¡Acuérdate después en clase de hacer un rond de jambe tan bonito como este!

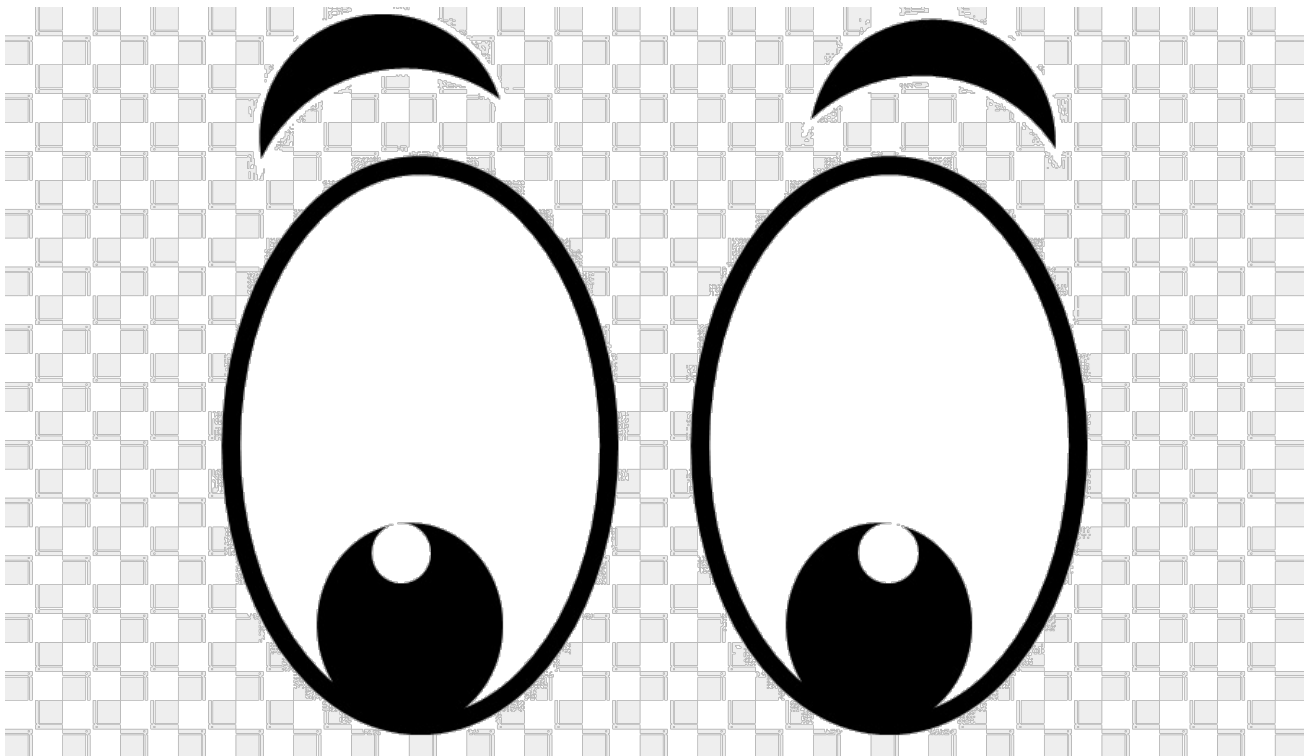


2° TRIMESTRE ACTIVIDAD 8



Seguimos con los círculos. ¿Sabes por qué los bailarines y las bailarinas no se marean después de hacer muchos GIROS? Porque miran a un punto fijo. Busca un compañero/a de clase y gira mirando el cuaderno.

Recuérdale que los ojos tienen que estar a la misma altura que los tuyos para que así no se te incline la cabeza. ¡A ver cuántos giros puedes dar sin marearte!



2º TRIMESTRE ACTIVIDAD 9



LOS ELEMENTOS EN LA DANZA CLÁSICA

¿Sabías que en la danza clásica se usan muchos elementos para bailar? Se llaman *UTILERIA* y son utilizados por los bailarines o bailarinas dentro de las variaciones para enmarcarlas en un país o en una temática.

Por ejemplo, Don Quijote, es un ballet que creó Marius Petipa con música de Ludwig Minkus en 1869. Como se basa en una parte de la novela de Don Quijote de la Mancha y está ambientada en una plaza de Barcelona, se utilizan muchos elementos representativos de España, como por ejemplo el abanico.

Vas a ver una de las variaciones más famosas de este ballet.

ENERO HOJA DE REFLEXIÓN



Has empezado a conocer más pasos. Apunta una corrección que recuerdes de los que ves a continuación:

PLIE

TENDU

JETÉ

PRIMER PORT DE BRAS DE VAGANOVA



¿Cómo te has sentido este mes? Explica brevemente las razones.

FEBRERO HOJA DE REFLEXIÓN



Has empezado a conocer más pasos. Apunta una corrección de cada una de estas partes del cuerpo:

PIE

RODILLAS

PELVIS

ESPALDA

BRAZOS



¿Cómo te has sentido este mes? Explica brevemente las razones.

MARZO HOJA DE REFLEXIÓN



Ya estás terminando el segundo trimestre, ¿qué es lo que más te gusta de la clase de danza? ¿Y lo que menos?



¿Cómo te has sentido este mes? Explica brevemente las razones.

3º TRIMESTRE ACTIVIDAD 10



Ya habréis leído en clase el manifiesto del Día Internacional de la Danza que se celebra el 29 de Abril, fecha que se eligió por ser el aniversario del nacimiento de Jean-Georges Noverre, maestro y creador del ballet moderno.

Crea aquí debajo tu propio manifiesto, es decir, que escribas qué es para tí la danza.

3° TRIMESTRE ACTIVIDAD 11



Elige la respuesta correcta:

1. Al subir a relevé:

- Dejo que se me levanten los dedos gordos del suelo.
- Mantengo todos los dedos apoyados en el suelo manteniendo el en dehors.

2. Los saltos comienzan y terminan con:

- Relevé
- Plie
- Battement Jeté

3. Para saltar se necesita:

- Empujar el suelo con los pies.
- Mover mucho la espalda de delante hacia detrás.

4. El primer Port de Bras de Vaganova:

- Pasa por 4ª, 5ª y 1ª.
- Pasa por 1ª, 5ª, 2ª y preparación.
- Pasa por 1ª, 2ª y preparación.

3° TRIMESTRE ACTIVIDAD 12



POLKA:

Como ya sabrás esta es la variación que vas a bailar este año, la polka nació hacia 1830 en la actual República Checa, se caracteriza por utilizar una música de tempo rápido en compás de 2/4.

Seguro que ya estás ensayando para hacerla en el escenario. Es muy importante cómo te desplazas por el espacio. Cuando te mueves realizas trayectorias rectas o curvas que forman figuras. Por ejemplo: Círculo, Fuente, Diagonal, Zig-Zag, Espiral, Filas, Semicírculo, Dos círculos, Cuadrado...

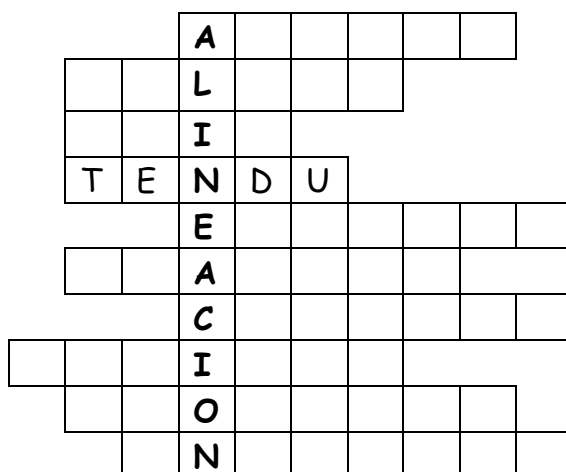
Escoge las que crees que hay en tu Polka y dibújalas aquí abajo:

3° TRIMESTRE ACTIVIDAD 13



LA PALABRA CLAVE

Coloca cada palabra en su lugar a partir de la palabra clave **ALINEACIÓN**. Recuérdalas bien porque son muy importantes y te ayudarán el próximo curso.



PLIE
ESPALDA
ARRIBA
COLOCAR
ESTIRAR
ENDEHORS
PELVIS
ALARGAR
OMÓPLATO

HOJA DE REFLEXIÓN FINAL

Este año ya se acaba, recuerda todas las cosas que has aprendido en este nuevo curso y escribe 10 de ellas.



Has conocido un mundo nuevo, el de la Danza Clásica, con muchos compañeros/as y tu profesor/a. ¿Qué es lo que más te ha gustado de tu "profe"? ¿Y de la clase? ¿Y lo que menos?

HOJA DE OBSERVACIÓN

Si hoy no puedes hacer clase de Danza Clásica, puedes escribir aquí algunas de las correcciones que escuches.

HOJA DE SOLUCIONES 1º EEBB

PLIE	Tendido, estirado
ALARGAR	Doblar, plegar
TENDU	Hacer algo más largo en el espacio o en el tiempo.
CONTRAER	Disminuir la presión, la tensión o la fuerza
RELAJAR	Reducir a menor tamaño.
FLEXIONAR	Levantarse de una superficie con impulso para caer en el mismo u otro lugar.
SALTAR	Doblar alguna parte del cuerpo.
ALINEAR	Hacia dentro
EN DEHORS	Colocar en línea recta varias cosas, personas o partes del cuerpo. Hacia fuera.

Tener el torso colocado es muy importante para la danza. Necesita estar muy ...ALARGADO.. con la sensación de ser mucho más alto/a. ¡Pero cuidado! Sin subir los HOMBROS

En el torso hay dos huesos por delante que se llaman CLAVÍCULAS son alargados como FLECHAS y apuntan hacia los LADOS

Por detrás, en la espalda también hay dos huesos, que se llaman OMÓPLATOS son muy importantes para sujetar los BRAZOS y que los CODOS no se caigan.

			A	R	R	I	B	A	
P	E	L	V	I	S				
P	L	I	E						
T	E	N	D	U					
		E	S	P	A	L	D	A	
A	L	A	R	G	A	R			
		C	O	L	O	C	A	R	
E	S	T	I	R	A	R			
	O	M	O	P	L	A	T	O	
		E	N	D	E	H	O	R	S

Cuaderno realizado por:

Almudena Ardura Jiménez
M^a del Mar Andrés Fernández
Carmen Omaira Tobajas López

Dibujos Battement seconde:

María José Rodríguez Pérez