

**CONTENIDOS DE LAS PRUEBAS DE ACCESO
PARA ENTRAR A 3º CURSO NIVEL MEDIO DANZA CLÁSICA**

La prueba consistirá en:

- Prueba de aptitudes físicas
- Ejercicio rítmico
- Ejercicio de improvisación
- Una clase de Danza Clásica, otra de Puntas y otra de Danza Contemporánea:

PRIMERA PARTE: DANZA CLÁSICA

(A los contenidos de los cursos anteriores se añadirán los siguientes pasos)

BARRA

Tour de corps en dehors en dedans
Rond de jambe en l'air 90º
Rond de jambe en l'air plie-releve
Flic-flac en face en dehors en dedans
Développé ballotté
Grand battement con releve
Battement battú

CENTRO

Battement tendu en tournat ¼ de giro en dehors en dedans
Battement jeté en tournat ¼ de giro en dehors en dedans
Rond de jambe par terre en tournat ¼ de giro en dehors en dedans
Pas de bourrée simple en tournant en dehors en dedans
Pas de bourrée dessus-dessous en tournant
Grand port de bras
Tour lento en grandes posiciones
Doubles pirouettes desde V, IV y II posición
Jeté en tournant en ½ giro
Preparación a grandes pirouettes

ALLEGRO

Changement de pied en tournant $\frac{1}{4}$ giro
Grand sissonne ouverte
Sissonne fondu
Pas ballonné al lado sin desplazamiento
Pas emboîté delante y detrás
Pas failli
Soubresaut
Assemblé battú
Entrechat-trois
Echappé battú acabado sobre un pie

SEGUNDA PARTE: PUNTAS

(A los contenidos de los cursos anteriores se añadirán los siguientes pasos)

Soutenu en tournant
Glissade en tournant
Pirouettes en dehors y en dedans en V y IV
Détourné
Ballotté
Bourrée dessus-dessous
Ballonné-coupé-ballonné
Equilibrios en punta, 1º y 2º port de bras
Preparación a pirouette desde II
Jeté piqué a todas las posiciones (arabesque, attitude, passé...)
Preparación piqué en dedans y en dehors
Suivi en manège

TÉCNICA ESPECÍFICA PARA VARONES

(A los contenidos de los cursos anteriores se añadirán los siguientes pasos)

Tour en l'air

Además se trabajarán los saltos, giros y pirouettes propias del curso con la velocidad y elevación adecuadas a la técnica de los varones.

TERCERA PARTE: DANZA CONTEMPORÁNEA

(A los contenidos de los cursos anteriores se añadirán los siguientes pasos)

Aumenta la complejidad respecto a 2º curso de los ejercicios en el suelo específicos de la técnica contemporánea; Bounces, torsiones, contracción/release, espirales.

Combinación de torsión más flexión o extensión de la columna vertebral.

Encadenamiento de movimientos básicos de la técnica contemporánea, creando secuencias de movimiento en el suelo.

CENTRO

Dominio del sentido del peso (en el torso, brazos y piernas) en la dinámica del swing.

Dominio del sentido de la suspensión desde brazos y cabeza.

Iniciación a la posición de finge.

Círculos completos del torso iniciados por el cráneo en posición estática.

Balancés y ejercicios de swing en posición paralelo y en dehors, coordinados con movilidad de brazos y torso.

Disociación del trabajo de piernas con la movilidad del torso en dificultad progresiva, añadiendo respecto al curso anterior, equilibrios sobre una pierna, cambios espaciales y dificultad rítmica y de tiempo musical.

Giros en espiral.

Caídas a cuarta posición desde giro en espiral.

Caídas al suelo desde una pierna, con sentido de suspensión del torso o contrapeso.

Desequilibrios fuera del eje, provocados por la acción de la pelvis, del torso o el cuerpo en su totalidad.

TRANSLACIÓN

Combinaciones de triplets en todas sus variantes, con coordinación de brazos y torso, y orientación en el espacio.

Grand rond de jambe con sentido de oposición de brazos.

Frases de movimiento, donde entran en juego caídas a suelo y recuperaciones.

Grand jetté en attitude, con extensión y flexión de torso.

Temps levé con medio giro y torso redondo.

Temps de flèche.

La prueba tendrá una duración aproximada de una hora y media.

Es imprescindible traer ropa de clase, zapatillas de media punta y puntas