

**GRADO EN ARTES VISUALES Y DANZA**  
Instituto Superior de Danza Alicia Alonso

PLANIFICACIÓN DE LA ACTIVIDAD DOCENTE  
*Formulario*

Curso 2019-20

## FORMULARIO ACTIVIDAD DOCENTE- PERIODO LECTIVO

### 1. DATOS GENERALES

Asignatura

Análisis de la Evolución Histórica de Entrenamiento de puntas y dúo clásico.

Teórica

Práctica

Semestral

Anual

Curso

2019-20

Semestre

II

NIVEL/GRUPO

Nivel I, II, III y IV

Profesor que imparte  
la asignatura

Maryna Leonova, Martha Bosch y Oscar Torrado del Puerto

Mail del profesor

marina.leonova@urjc.es, marthamaitre@gmail.com, oscar.torrado@urjc.es

Mañana

 — 

Tarde

 15.00 —  16.30

Horario

## 2. PLANIFICACIÓN DOCENTE SEMANAL

### SEMANA DEL 27 AL 30 de ABRIL

Lunes 16/3

Martes 17/3

Miércoles 18/3

Jueves 19/3

**Viernes 20/3**

<input type="checkbox"/> Horario <input type="text"/>	<input type="checkbox"/> Horario <input type="text" value="15.00-16.30"/>	<input type="checkbox"/> Horario <input type="text"/>	<input type="checkbox"/> Horario <input type="text" value="15.00-16.30"/>	<input type="checkbox"/> Horario <input type="text"/>
--	--	--	--	--

Herramienta/Plataforma empleada para la conexión con el alumno:

mail  plataforma virtual-URJC  app\*  \*especificar  videoconferencia

Otros:

### 3. MATERIALES/ EVALUACIÓN CONTINUA

#### 3.1 Contenidos (relacionados con la guía docente)

Estudio de la técnica de movimiento en puntas. A través de clases prácticas se puede mejorar y fortalecer el trabajo en puntas. Ejecución de los movimientos que compone material didáctico, de modo que sean interpretados con la máxima calidad técnica, musical y artística.

#### 3.2 Material didáctico

Video material preparado por el propio maestro teniendo en cuenta las necesidades que aplica el entrenamiento en puntas. Consejos para mejorar y fortalecer los pies. Recursos electrónicos para realizar su propio trabajo.

### 3.3 Ejercicios teórico/prácticos programados

Ejercicios prácticos recomendados para realizar como una forma de entrenamiento habitual. Clases de técnica de entrenamiento de puntas.

Práctica técnica e interpretativa en puntas:

- Calentamiento de pies
- Fortalecimiento de pies trabajando en dos piernas (*relevé I, II*)
- Fortalecimiento de pies trabajando sobre una pierna (*relevé a cou de pied*)
- Movimientos de medio giro (*detournée, soutenu*)
- Preparación para *pirouettes*
- Ejercicio de equilibrio en puntas
- Ejercicios con pierna a 90° (*relevé en arabesque y en attitude*)
- Preparación para *fuite* (movimiento de giro)

### 3.4 Aspectos a evaluar

El cumplimiento de la correcta realización de los pasos y los ejercicios aconsejados por el profesor. El video material enviado por profesor debe ser estudiado tal como está presentado. Exige realización de los pasos de una forma repetitiva y constante.

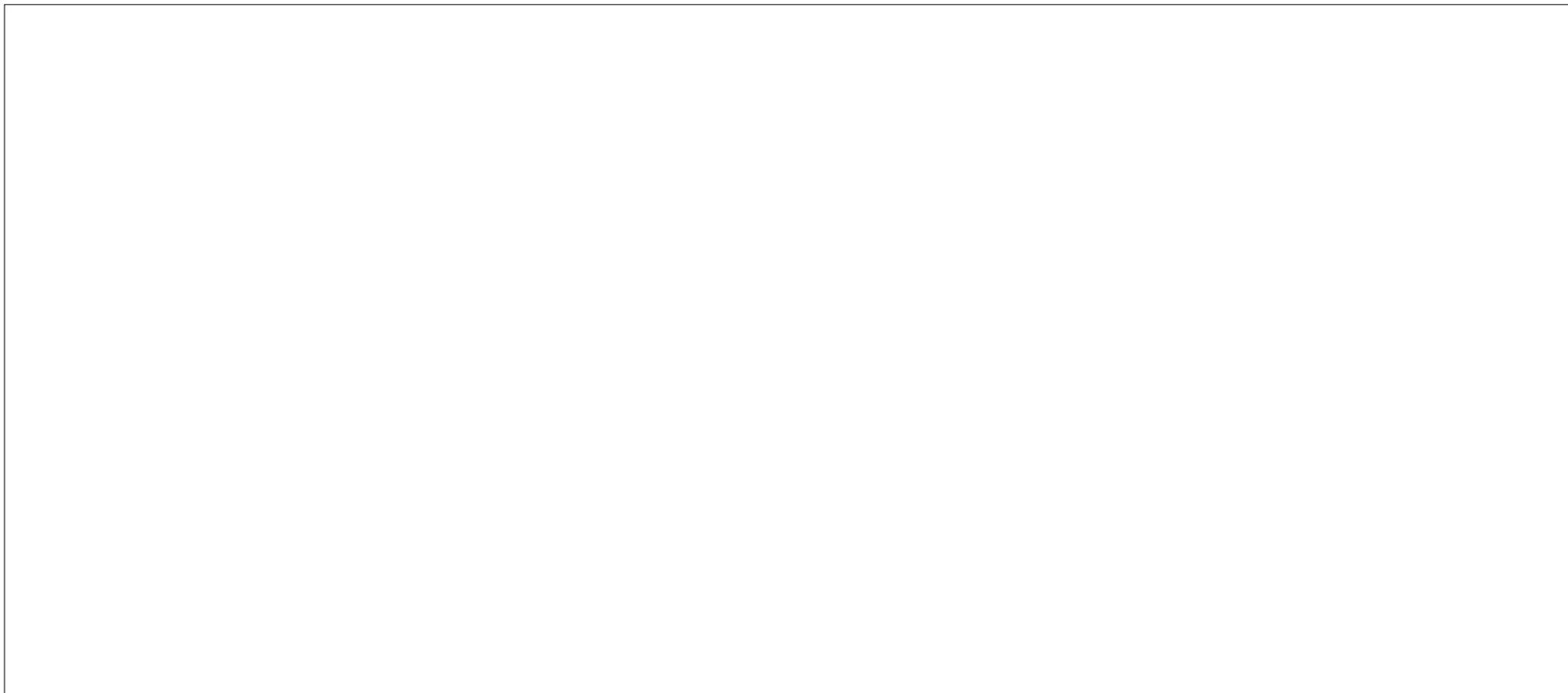
### 3.5 Calendario evaluación continua\*

Fecha:

24.04.2020

\* Plazo de entrega de la

### 3.6 Comentarios



Maryna Leonova \_\_\_\_\_

Fdo. Profesor

Oscar Torrado del Puerto \_\_\_\_\_

Fdo. Coordinador del departamento

Alberto García Castaño \_\_\_\_\_

Fdo. Director del IUDAA