

PLAN DE ESTUDIOS

DANZA — BALLET

INFORMACIÓN GENERAL

Monitor: Liliana Isabel Ocampo Asprilla

Escuela: DANZA

Programa: BALLET

Descripción: Una introducción mágica y divertida a la danza clásica, mediante juegos y ejercicios adaptados, los estudiantes aprenderán a desarrollar ritmo, postura, flexibilidad y creatividad, esta clase es perfecta para los primeros pasos con gracia y alegría.

Objetivo: Introducir a las niñas en el mundo de la danza clásica de forma lúdica, desarrollando el control de su cuerpo, el sentido del ritmo y la confianza en sí mismas, mientras aprenden las posiciones y movimientos básicos del ballet.

NIVEL BÁSICO

Nivel: Básico

Requisitos: 5 años

Duración: 3 meses

Contenidos:

- Postura corporal.
 - fortalecimientos grupos musculares .
 - posiciones básicas de pies : paralela y primera posición.
 - posiciones básicas de brazos.
- Respiración, concentración y creatividad.
- Cambio de peso del cuerpo.

Logros:

- Adquirir firmeza y equilibrio .
- realizar el paso de pies en paralelo a la primera posición.
- inspirar y expirar al realizar cada movimiento.
- llevar los brazos de la preparatoria a la barra, de la preparatoria a la cintura.
- ejecutar las tres posiciones básicas de los brazos: primera, segunda y tercera.

NIVEL INTERMEDIO

Nivel: Intermedio

Requisitos: —



Duración: —

Contenidos:
—

Logros:
—

NIVEL AVANZADO

Nivel: Avanzado

Requisitos: —

Duración: —

Contenidos:
—

Logros:
—

PROYECCIÓN Y BIBLIOGRAFÍA

Proyección: —

Bibliografía: —

Generado el 31/05/2026 — intraculturacaldas.org