



ESCUELA NACIONAL SUPERIOR DE BALLEt

**DEPARTAMENTO DE FORMACIÓN ARTÍSTICA
SUPERIOR**

TRABAJO DE SUFICIENCIA PROFESIONAL

**LA MÁXIMA EXTENSIÓN DEL TENDÓN DE
AQUILES PARA EJECUTAR UN BUEN SALTO EN
NIÑAS DEL PRE BALLEt DE 9 A 12 AÑOS**

**PARA OPTAR EL TÍTULO PROFESIONAL DE
DOCENTE EN DANZA CLÁSICA**

ADA REYKO KUNIYOSHI OSHIRO

Marivel Teresa Aguirre Morales

Lima – Perú

2022

Dedicatoria

A mis padres, por ser un ejemplo de vida

A mis hijos: Hayime, Kyoshi, Tadashy, por ser mi motor para seguir adelante y demostrarles que con la constancia y perseverancia se puede lograr todo lo que seproongan

A Javier, por estar siempre a mi lado en las buenas y no tan buenas

Agradecimiento

**A mis maestros que han dejado huella en mi
Y especialmente a Dios, por siempre guiar mis pasos.**

RESUMEN

El presente trabajo detalla la formación académica y la labor profesional que la autora ha realizado a lo largo de su carrera, así como también desarrolla el tema sobre la ejecución de un correcto salto den niñas de pre ballet de 9 a 12 años y lo que considera relevante para lograrlo como la necesidad de maximizar la capacidad del tendón de Aquiles para así obtener mejores resultados, no solo en los saltos sino también en determinados pasos como por ejemplo en el demi plie, recomendando algunos ejercicios para conseguir mayor flexibilidad del tendón de Aquiles y para fortalecer los pies y dedos en los saltos.

Palabras Claves: Ballet, danza clásica, demi plies, saltos, streching, tendón de Aquiles

ABSTRACT

This work details the academic formation and the professional work that the author has carried out throughout her career. It also focuses on the execution of a correct jump in pre-ballet girls from 9 to 12 years old and what she considers relevant to achieve this; i.e., the need to maximize the capacity of the Achilles tendon to obtain better results, not only in jumps but also in certain steps such as the demi plie, recommending some exercises to achieve greater flexibility of the Achilles tendon and to strengthen the feet and fingers in the jumps.

Keywords: Ballet, classical dance, demi - pliés, jumps, stretching, Achilles tendon

INDICE

| | |
|---|----|
| INTRODUCCIÓN | 7 |
| CAPITULO I. ASPECTOS GENERALES | 8 |
| 1.1. Perfil que la organización solicitó al bachiller. | 8 |
| 1.2. Datos de la organización | 11 |
| 1.3. Descripción de cómo es y qué tipo de servicio otorga la organización | 13 |
| 1.4. Descripción general de la experiencia adquirida | 14 |
| 1.5. Explicación del cargo, funciones ejecutadas | 14 |
| 1.6. Propósito del puesto | 15 |
| 1.7. Resultados concretos que ha alcanzado en este periodo de tiempo | 16 |
| CAPÍTULO II. FUNDAMENTACIÓN | 24 |
| 2.1. Explicación de teorías o fundamentos aplicados | 24 |
| 2.2. ¿Cómo se integra la teoría y la práctica para cumplir los objetivos? | 27 |
| 2.3. Descripción de las acciones, metodologías y/o procedimientos | 29 |
| CAPÍTULO III. APORTES Y DESARROLLO DE CAPACIDADES | 34 |
| 3.1. Aportes realizados por el bachiller | 34 |
| 3.2. Desarrollo de capacidades | 88 |
| Conclusiones | 89 |
| Recomendaciones | 90 |
| Referencias | 91 |

Lista de figuras

| | |
|---|----|
| Figura 1: <i>El tendón de Aquiles y triceps sural</i> | 26 |
| Figura 2: <i>Alumna colocada frente a la barra en sexta posición de pies</i> | 28 |
| Figura 3: <i>Alumna frente a la barra, ejecutando un demi plie en sexta posición de pies.</i> | 29 |
| Figura 4: <i>Alumna frente a la barra, ejecutando un demi plie en sexta posición de pies.</i> | 30 |
| Figura 5: <i>Alumna sentada, una pierna estirada en flex encima del bloque, y la otra doblada al lado</i> | 31 |
| Figura 6: <i>Alumna, proyectando la espalda hacia adelante, con las manos a los lados del bloque</i> | 32 |
| Figura 7: <i>Alumna colocada frente a la barra, parada encima del bloque, realizando releve y bajar</i> | 32 |
| Figura 8: <i>Secuencia del ejercicio 3</i> | 33 |
| Figura 9: <i>Secuencia del ejercicio de impulso para los saltos apoyando todo el pie en la pared</i> | 34 |
| Figura 10: <i>Secuencia del ejercicio de impulso para los saltos con los dedos apoyados en la pared</i> | 34 |

Lista de anexos

| | | |
|----------|-----------------------------------|-----|
| Anexo 1: | Sesión de aprendizaje | 95 |
| Anexo 2: | Sesión de aprendizaje LYV | 97 |
| Anexo 3: | Unidad | 100 |
| Anexo 4: | Planificación Anual | 107 |
| Anexo 5: | Programación Anual | 118 |
| Anexo 6: | Proyecto de Talleres (presencial) | 127 |
| Anexo 7: | Proyecto de Talleres (Virtual) | 132 |

INTRODUCCIÓN

El presente trabajo se ha desarrollado a base de la experiencia profesional de la autora, realizado tanto en la ENSB como en las diferentes instituciones educativas en la cual a laborado a lo largo de su trayectoria como docente de pre ballet, ballet y danza moderna.

En el Capítulo I se detalla los aspectos generales donde se detallan los estudios que ha realizado, su formación profesional siendo ésta en la ENSB tanto en los niveles de Formación Artística Temprana, así como en Formación Artística Superior, así como también los cursos, seminarios y otros estudios realizados. Finalmente se detallan los resultados obtenidos a través de sus coreografías planteadas para las diferentes actividades requeridas.

En el Capítulo II se desarrolla la fundamentación de este trabajo que la autora ha tomado como base que es lograr la mayor extensión del tendón de Aquiles para ejecutar un buen salto en alumnas de pre ballet de 9 a 12 años. En este capítulo se detalla las razones que la autora considera de importancia para

En el Capítulo III se detallan las evidencias que la docente presentan sobre los trabajos realizados a lo largo de su trayectoria profesional basada en programas, fotografías, fragmentos de álbumes, etc. Así como también se enumeran las conclusiones y recomendaciones a las que se ha llegado al finalizar el presente trabajo.

CAPÍTULO I. ASPECTOS GENERALES

1.1. Perfil que la organización solicitó al bachiller.

Docente de Danza Clásica, en la unidad de Cursos de Extensión de la Escuela Nacional Superior de Ballet, con más de 20 años de experiencia.

Inició sus estudios con la profesora Hilda Nagasaki, continuando en la Escuela Nacional Superior de Ballet bajo la dirección de la maestra Martha Ferradas y teniendo a los maestros encargados de su formación a Elena Santivañez, Marcela Pardón, Liliana D'Albini, Jorge Rodríguez, Manuel Stagnaro, Bruno Silva.

Bachiller en Danza Clásica otorgado por la Escuela Nacional Superior de Ballet, Bachiller en Educación de la Universidad Pedro Ruiz Gallo y Título de Profesora de Educación Artística en la especialidad de Danza Clásica a nombre de la Nación otorgado por el Ministerio de Educación. También cuenta con el título Ingeniero Mecánico de física y técnica de las baja temperaturas reconocido por la Asamblea Nacional de Rectores, estudios que los realizó en el Instituto Superior de Pesquería de Astrakhan, Rusia, siendo miembro del Colegio de Ingenieros del Perú, así como también cuenta con una certificación en Idioma Ruso otorgado por la misma institución.

Ha participado en los diferentes cursos de actualización profesional y seminarios organizados por la Escuela Nacional Superior de Ballet como: Disciplina Asertiva en el aula, Inteligencias múltiples, Coaching Educativo, Composición coreográfica, Taller de Psicología Infantil y Anatomía aplicada a la Danza Clásica.

Cuenta con tres diplomados en: Liderazgo en Educación, Estimulación de Niños de 3 a 5 años y Métodos y técnica de Investigación.

Participó en el 9 Congreso Nacional de Maestros Dominicanos: Maestros DIC, 150 años de testimonio vivo en la pedagogía de Luz y Verdad.

También participó en el IV y V curso de actualización teológica organizado por el seminario mayor San Martín de Porres.

- **Experiencia Laboral**

- Docente de pre-ballet en la unidad de cursos de extensión de la Escuela Nacional Superior de Ballet (2000 - 2022) dirigido a niñas/os de 5 a 12 años, y realización de composiciones coreográficas cada fin de curso.
- Docente de Ballet y Danza Moderna en el Colegio Mater Christi (2009 - 2021) dictando clases de ballet a niñas de inicial a 3er grado de primaria y Danza Moderna de 4to a 6to de primaria, realizando cada año un montaje coreográfico con todos los grados.
- Docente de Ballet en el Colegio Antonio Raimondi (2012 - 2019) talleres extracurriculares dirigidos a alumnas del nivel Inicial y Primaria baja, concluyendo cada semestre con una presentación coreográfica.
- Docente de pre- ballet en el Nido Mi Primer Camino (2011 - 2021) talleres dirigido a niñas de 2, 3, 4 y 5 años, participando con pequeñas coreografías en las actividades correspondientes.
- Docente de pre-ballet en el Nido Mi Mundo de Juguete (2010 - 2019) talleres dirigido a niñas de 2, 3, 4 y 5 años, presentando pequeñas coreografías en el cierre de talleres.
- Docente de pre.ballet en el Colegio Santa Anita (2011 - 2015) talleres curriculares en el nivel Inicial y Primaria baja, presentando un montaje coreográfico a fin de año con todos los grados.
- Profesora de bailes modernos en la Asociación Peruano Japonés (Veranos del 2006 al 2014) cursos vacacionales dirigidos a niños/as de 6 a 14 años preparando coreografías con músicas modernas para la presentación de clausura cada fin de curso.
- Profesora de pre- ballet en el Nido “Crayolas” (2007 – 2012) talleres dirigidos a niñas de 2, 3, 4 y 5 años culminando con una presentación de Clausura de Talleres.
- Profesora de ballet en los Colegios San José de Cluny de Surquillos y Barranco (2004 – 2011) Talleres extracurriculares dirigido a niñas de inicial y primaria baja, preparando coreografías para la clausura cada fin de año.

- **Formación Profesional**

- Bachiller en Danza Clásica otorgado por la dirección de la ENSB a nombre de la Nación, (2012 - 2013) brindado por la Asamblea Nacional de Rectores A1744381.
- Bachiller en Educación brindado por el Rectorado de la Universidad Nacional Pedro Ruiz Gallo (2005 - 2006) en la Asamblea Nacional de Rectores A01257150
- Profesora de Educación Artística en la Especialidad de Danza Clásica (2005) otorgado por el Ministerio de Educación a nombre de la Nación N° de registro: 010-2007.
- Ingeniero Mecánico en la especialidad de Física y Técnica de las bajas temperaturas (1988 – 1993) brindado por el Instituto técnico superior de la industria y economía pesquera de Astrakán, Rusia.
- Diplomado Liderazgo en Educación (2020 – 2021) organizado por la Universidad Católica Santo Toribio de Mogrovejo.
- Certificación en el Curso de Actualización “Disciplina Asertiva en el aula” (2021) otorgado por CETPRO MONTESSORI
- Participante del Curso de Actualización “Inteligencias múltiples” (2021) otorgado por CETPRO MONTESSORI
- Certificación en el Curso de Actualización “Coaching Educativo” (2021) otorgado por la Universidad Católica Sedes Sapientiae
- Participación en el taller “Herramientas para la enseñanza de ballet infantil” (2021) otorgado por Felisa Monroy.
- Participante en el V Curso de Actualización Teológica (2021) otorgado por el Seminario Mayor “San Martín de Porres”
- Certificación en el IV Curso de Actualización Teológica (2020) otorgado por el Seminario Mayor “San Martín de Porres”
- Seminario de Composición coreográfica Nivel II (2019) otorgado por INATEM Instituto Nacional de Teatro Musical.
- Participante del 9° Congreso Nacional de Maestros Dominicanos: Maestros DIC, 150 años de testimonio vivo en la pedagogía de Luz y Verdad (2018)
- Diplomado en Estimulación de Niños de 3 a 5 años (2012) otorgado por la Universidad Nacional de Educación “Enrique Guzmán y Valle”
- Diplomado en Métodos y técnica de Investigación (2012) otorgado por la Universidad Nacional de Educación “Enrique Guzmán y Valle”

- Participante del Seminario de Psicología Infantil (2009) organizado por le Escuela Nacional Superior de Ballet.
- Asistió al Seminario “Educación de Excelencia y Desarrollo Humano” (2008) organizado por el Ministerio de Educación.
- Participó en el Seminario “Anatomía aplicada a la Danza Clásica” (2006) organizado por la Escuela Nacional Superior de Ballet.
- Participación en el seminario “Taller procesos de evaluación en el nuevo enfoque educativo” (2005), organizado por el Colegio Mater Christi.
- Asistió al III Encuentro coreográfico de escuelas de ballet (1994) organizado por la Asociación Festival Internacional de Ballet de Trujillo participando en el seminario metodológico “Escuela Cubana de Ballet”.
- Asistió al III Encuentro coreográfico de escuelas de ballet (1994) organizado por la Asociación Festival Internacional de Ballet de Trujillo participando en el nivel avanzado de: “Ballet Clásico, Danza Moderna y Formación Musical.

1.2. Datos de la organización:

- Nombre o razón social: Escuela Nacional Superior de Ballet
- Dirección: Calle Spencer Mz. O lote 2 Urb. La Calera de la Merced. Surquillo.
- Datos generales de la directora o representante legal: Gina Natteri Mármol, ex bailarina principal del Ballet Nacional del Perú y del Ballet de San Marcos, reconocida a nivel nacional e internacional.
- RUC: 20600641035
- Teléfonos: 4493488 - 2713797
- Página web: www.ensb.edu.pe
- Descripción de las áreas
- Formación Artística Temprana:

Este nivel de formación se inicia a la edad 9 a 11 años y tiene una duración de 6 años. Los alumnos reciben una educación sólida y complementaria con cursos que enriquecen su aprendizaje de la danza (tap, acrobacia, danza contemporánea, música, francés, stretching, repertorio y otros tipos de danza).

Al culminar sus estudios obtienen un diploma de egresados en Danza Clásica, y están preparados para integrarse a una compañía profesional de Ballet.

- Formación Artística Superior:

Este departamento brinda dos carreras profesionales: docente en Danza Clásica e Intérprete en Danza Clásica. Ambas carreras tienen una duración de 5 años o 10 semestres académicos. El objetivo es que los egresados, al terminar su carrera, puedan transmitir la técnica del ballet en base a un trabajo disciplinado y ordenado, creando arte para diversos públicos, integrando múltiples medios de expresión artística.

- Cursos de extensión:

La Escuela Nacional Superior de Ballet ofrece al público en general cursos libres de corta duración para difundir la práctica y apreciación del ballet como danza para toda la comunidad. Se apertura 3 temporadas por año. Se inicia con la temporada de verano que tiene una duración de dos meses y dos temporadas regulares, con una duración de 3 meses cada una.

Los cursos que se imparten son:

- Pre- ballet, dirigido a niñas y niños de 5 a 12 años, divididos en grupos de edad: 5 a 7 años, 7 a 9 años y 9 a 12 años.
- Pre-Fat, dirigido a niñas de 8 a 10 años, preparación para el proceso de admisión a FAT, solo se aperturan en temporada regular.
- Ballet jóvenes y adultos, dirigido a jóvenes de 13 años a más, en niveles básico e intermedio.

En los cursos de pre-ballet se sigue una programación semestral, por grupo de edad, desarrollada por las docentes del área de pre-ballet y revisada por la directora de la ENSB y coordinadora del área, desarrollando los objetivos específicos descritos para cada grupo.

Al finalizar las temporadas regulares, en los cursos de pre-ballet y pre-fat (solo en II temporada), se realiza una Función de Clausura en donde intervienen todos los grupos inscritos, participando en una coreografía desarrollada por la docente responsable del grupo, demostrando todo lo aprendido durante las clases.

1.3. Descripción de cómo es y qué tipo de servicio otorga la organización, empresa o institución en la que se desarrolla la experiencia profesional

La ENSB fue fundada en el año de 1967 por Ley N°16556, con el nombre de Instituto Nacional de Ballet, teniendo como principal gestora y directora a la bailarina y coreógrafa Kaye Mc Kinnon de Pacheco de Céspedes, dependiendo de la Casa de la Cultura.

Posteriormente, en 1972, por Ley N°19268, tomó el nombre de Escuela Nacional de Ballet y pasó a depender del Instituto Nacional de Cultura.

La Escuela Nacional Superior de Ballet, de este modo, es una institución de educación con rango universitario que está dedicada a la formación profesional, la capacitación, la especialización y la difusión permanente del arte a través de la danza clásica y la danza contemporánea.

Bajo la Resolución directoral general N°018-2022, los objetivos estratégicos institucionales, misión y visión son:

Objetivo estratégico institucional 1:

Ofrecer servicios educativos de calidad, asegurando la mejora continua de los procesos contenidos en los servicios que brinda la institución.

Objetivo estratégico institucional 2:

Promover y difundir las actividades y eventos artísticos organizados por la institución para la comunidad.

Objetivo estratégico institucional 3:

Desarrollar y fomentar la creación e investigación artística de la danza clásica y contemporánea entre nuestros alumnos y docentes.

MISIÓN

Formar docentes e intérpretes en danza clásica, otorgándoles título profesional con rango universitario; y promover la formación temprana en danza clásica y contemporánea, contribuyendo con el desarrollo artístico cultural de nuestro país.

VISIÓN

Ser una Institución Educativa líder con reconocimiento nacional e internacional en la formación profesional de docentes e intérpretes en danza clásica y contemporánea, difundiendo el desarrollo, fortalecimiento y consolidación de la danza clásica y contemporánea en el Perú.

1.4. Descripción general de la experiencia adquirida

Docente de la ENSB con más de 20 años de experiencia, específicamente en el área de pre – ballet y pre - fat, teniendo a su cargo 2 grupos por cada temporada, dirigido a niñas y niños de 5 a 12 años, con una carga horaria de 6 horas pedagógicas semanales.

A lo largo de su carrera, ha podido adaptar algunas metodologías, especialmente, la de la Real Academia de Danza y la de Vaganova, tomando de ellas, los criterios necesarios para asimilarlos a la realidad estudiantil que sean significativos para el logro de los objetivos trazados, basándose en la experiencia y los resultados satisfactorios obtenidos.

También ha desarrollado diferentes estrategias para adaptar y nivelar al alumnado, ya que todos no tienen los mismos conocimientos previos.

El pre-ballet es la etapa de iniciación de la Danza Clásica en donde se introduce gradualmente al estudio de los pasos, posiciones y posturas básicas, de manera lúdica, a través de improvisaciones y esquemas coreográficos simples, trabajando básicamente la expresión corporal desarrollando el sentido del equilibrio, ritmo, control, elasticidad, coordinación y musicalidad, sin dejar de lado la disciplina, favoreciendo la concentración,

1.5. Explicación del cargo, funciones ejecutadas

- Preparación de clase:
Elaboración de sesiones de aprendizajes, definiendo los objetivos a desarrollar semanal y/o quincenalmente, dependiendo del proceso de aprendizaje, estrategias a seguir, fomentando en ellos el respeto, la perseverancia, la disciplina, el trabajo en equipo y el amor al arte. (anexo sesión de clase)

- Dictado de clase
Desarrollo de las sesiones de aprendizaje, enfocándose en el logro de los objetivos, explicando y demostrando, los pasos y/o ejercicios que se deben ejecutar. Teniendo en cuenta que los niños deben disfrutar de las clases y salir felices de ellas para que tengan ganas de regresar.
- Elaboración de coreografías
El proceso creativo empieza con una idea o tema principal, luego se va delineando a través de pequeñas secuencias, movimientos y figuras, al mismo tiempo, se va seleccionando la música que transmita y plasme la idea principal. Durante el proceso puede haber cambios y correcciones por conseguir el mejor resultado técnico y estético. También se debe diseñar el vestuario adecuado. Siempre guardando relación con el tema principal.
- Ensayo de coreografías
Durante las clases, normalmente en los últimos 20 minutos, se va desarrollando y ejecutando las coreografías, practicando los movimientos y secuencias repetidamente, hasta que lo realicen con seguridad y musicalidad. Las prácticas se realizan en el aula de clase, hay un ensayo general de 20 minutos en donde se ejecuta la coreografía en el lugar donde se hará la presentación de Clausura, para que tengan conciencia del espacio y sus ubicaciones.

1.6. Propósito del puesto (objetivos, metas)

Según el plan semestral de pre-ballet, a continuación, se detallan los objetivos específicos para el grupo de 9 a 12 años:

- Desarrollar una correcta postura del cuerpo.
- Desarrollar flexibilidad y extensión en torso, y piernas
- Trabajar el sentido del ritmo y la musicalidad.
- Desarrollar el sentido de la lateralidad.
- Ejecutar tendus delante, relevés y demi plies en sexta y primera posición

1.7. Resultados concretos que ha alcanzado en este periodo de tiempo

- 2022. Escuela Nacional Superior de Ballet, grupo pre – ballet de 9 a 12 años, *Concierto*, julio, modo virtual.
- 2021. Escuela Nacional Superior de Ballet, grupo de 9 a 12 años, *Four 45*, diciembre, modo virtual.
- 2021. Escuela Nacional Superior de Ballet, grupo de 7 a 9 años, *In the Mood*, diciembre, modo virtual
- 2021. Colegio Mater Christi, Inicial y primaria, Mistura de Talentos, presentación del Taller de ballet, modo virtual.
- 2020. Escuela Nacional Superior de Ballet, grupo de 7 a 9 años, *Shape for you*, setiembre, modo virtual.
- 2020. Escuela Nacional Superior de Ballet, grupo de 9 a 12 años, *The Cello song*, setiembre, modo virtual.
- 2020. Colegio Mater Christi, Inicial y primaria, Mistura de Talentos, presentación del Taller de ballet, modo virtual.
- 2019. Colegio Mater Christi, tercer grado, Obra de teatro: *La vida de Eduviges Portalet*, diciembre, Patio del colegio.
- 2019. Escuela Nacional Superior de Ballet, grupo de 9 a 12 años, Función de Clausura “Danzando por el Mundo”, *Polonia*, 30 de noviembre, UNIFE.
- 2019. Escuela Nacional Superior de Ballet, grupo de 7 a 9 años, Función de Clausura “Danzando por el Mundo”, *Italia*, 30 de noviembre, UNIFE.
- 2019. Colegio Mater Christi, Inicial 4 años, Presentación de Talleres “El Circo”, *Unicornios*, noviembre, Patio del colegio.
- 2019. Colegio Mater Christi, Inicial 5 años A, Presentación de Talleres “El Circo”, *Conejitas*, noviembre, Patio del colegio.
- 2019. Colegio Mater Christi, Inicial 5 años B, Presentación de Talleres “El Circo”, *Pequeñas Magas*, noviembre, Patio del colegio.
- 2019. Colegio Mater Christi, Primer grado A, Presentación de Talleres “El Circo”, *Vendedoras de globos*, noviembre, Patio del colegio.
- 2019. Colegio Mater Christi, Primer grado B, Presentación de Talleres “El Circo”, *Vendedoras de dulces*, noviembre, Patio del colegio.
- 2019. Colegio Mater Christi, Primer grado C, Presentación de Talleres “El Circo”, *Vendedoras de popcorn*, noviembre, Patio del colegio.
- 2019. Colegio Mater Christi, segundo grado A, Presentación de Talleres “El Circo”, *Domadoras*, noviembre, Patio del colegio.

- 2019. Colegio Mater Christi, segundo grado B, Presentación de Talleres “El Circo”, *Tigres*, noviembre, Patio del colegio.
- 2019. Colegio Mater Christi, tercer grado A, Presentación de Talleres “El Circo”, *Malabaristas con aros*, noviembre, Patio del colegio.
- 2019. Colegio Mater Christi, tercer grado B, Presentación de Talleres “El Circo”, *Malabaristas con sogas*, noviembre, Patio del colegio.
- 2019. Colegio Mater Christi, tercer grado C, Presentación de Talleres “El Circo”, *Equilibristas*, noviembre, Patio del colegio.
- 2019. Colegio Mater Christi, cuarto grado A, Presentación de Talleres “El Circo”, *Bastonerías*, noviembre, Patio del colegio.
- 2019. Colegio Mater Christi, cuarto grado B, Presentación de Talleres “El Circo”, *Animadoras con pompones*, noviembre, Patio del colegio.
- 2019. Colegio Mater Christi, quinto y sexto grado, Presentación de Talleres “El Circo”, *Presentación*, noviembre, Patio del colegio.
- 2019. Escuela Nacional Superior de Ballet, grupo de 9 a 12 años, Función de Clausura, *Blue*, 29 de junio, Auditorio UNIFE.
- 2019. Escuela Nacional Superior de Ballet, grupo de 7 a 9 años, Función de Clausura *Solo Leo*, 29 de junio, Auditorio UNIFE.
- 2019. Colegio Mater Christi, 2do grado C, Actuación día de la Madre, *Danza de las Guirnaldas*, mayo, Patio del colegio.
- 2019. Colegio Mater Christi, 2do grado C, Actuación de aniversario, *Mi clase de ballet*, mayo, Patio del colegio.
- 2018. Escuela Nacional Superior de Ballet, grupo de 9 a 12 años, Función de clausura “El Circo”, *Domadoras y Tigres*, 1 de diciembre, Auditorio UNIFE
- 2018. Escuela Nacional Superior de Ballet, grupo de 7 a 9 años, Función de Clausura “El Circo”, *Equilibristas*, 1 de diciembre, Auditorio UNIFE.
- 2018. Colegio Mater Christi, Docentes y auxiliares del colegio, 9° Congreso Nacional de Maestros Dominicanos, *El señor es mi Luz*, octubre, Patio del colegio.
- 2018. Colegio Mater Christi, Tercer grado de primaria, 9° Congreso Nacional de Maestros Dominicanos, *Copitos de Nieve*, octubre, Patio del colegio.
- 2018. Escuela Nacional Superior de Ballet, grupo de 9 a 12 años, Función de Clausura, *Mazurka*, 28 de junio, Auditorio UNIFE.
- 2018. Escuela Nacional Superior de Ballet, grupo de 7 a 9 años, Función de Clausura, *Concierto para las trompetas*, 28 de junio, Auditorio UNIFE

- 2017. Escuela Nacional Superior de Ballet, grupo de 9 a 12 años, Función de Clausura “Tienda de Muñecas”, *Muñecas Inglesas*, 2 de diciembre, Auditorio UNIFE.
- 2017. Escuela Nacional Superior de Ballet, grupo de 5 a 7 años, Función de Clausura “Tienda de Muñecas”, *Minnies*, 2 de diciembre, Auditorio UNIFE.
- 2017. Escuela Nacional Superior de Ballet, grupo de 7 a 9 años, Función de Clausura, *Danzando*, 1 de julio, Auditorio UNIFE.
- 2017. Escuela Nacional Superior de Ballet, grupo de 5 a 7 años, Función de Clausura, *Recuerdos*, 1 de julio, Auditorio UNIFE.
- 2016. Escuela Nacional Superior de Ballet, grupo de 9 a 12 años, Función de Clausura, *Sing, Sing, Sing*, 25 de junio, Auditorio UNIFE.
- 2016. Escuela Nacional Superior de Ballet, grupo de 5 a 7 años, Función de Clausura, *Marcha Radetzky*, 25 de junio, Auditorio UNIFE.
- 2015. Escuela Nacional Superior de Ballet, grupo de 9 a 12 años, Función de Clausura “La Bella y la Bestia”, *Relojes*, diciembre, Auditorio UNIFE
- 2015. Escuela Nacional Superior de Ballet, grupo de 5 a 7 años, Función de Clausura “La Bella y la Bestia”, *Candelabros*, diciembre, Auditorio UNIFE
- 2015. Escuela Nacional Superior de Ballet, grupo de 9 a 12 años, Función de Clausura, *Vals de Serenata*, 4 de julio, Auditorio UNIFE
- 2015. Escuela Nacional Superior de Ballet, grupo de 5 a 7 años, Función de Clausura, *Recuerdos*, 4 de julio, Auditorio UNIFE
- 2014. Escuela Nacional Superior de Ballet, grupo de 9 a 12 años, Función de Clausura “Maravillas del Mar”, *Algas*, 30 de noviembre, Teatro Canout
- 2014. Escuela Nacional Superior de Ballet, grupo de 5 a 7 años, Función de Clausura “Maravillas del Mar”, *Anémonas*, 30 de noviembre, Teatro Canout
- 2014. Escuela Nacional Superior de Ballet, grupo 9 a 12 años, Función de Clausura, *Infiltrados*, 28 de junio, Teatro Canout.
- 2014. Escuela Nacional Superior de Ballet, grupo de 5 a 7 años, Función de Clausura, *Polka del pajarito*, 28 de junio, Teatro Canout.
- 2013. Escuela Nacional Superior de Ballet, grupo de 9 a 12 años, Función de Clausura, *Flash Dance*, 30 de noviembre, Teatro Canout.
- 2013. Escuela Nacional Superior de Ballet, grupo de 5 a 7 años, Función de Clausura, *Camino a la Fama*, 30 de noviembre, Teatro Canout.
- 2013. Escuela Nacional Superior de Ballet, grupo de 5 a 7 años, Función de Clausura, *Polka Champagne*, 6 de julio, Teatro Canout.

- 2012. Escuela Nacional Superior de Ballet, grupo de 9 a 12 años, Función de Clausura, *Mazurka*, 30 de noviembre, Auditorio de los Inkas, Museo de la Nación.
- 2012. Escuela Nacional Superior de Ballet, grupo de 7 a 9 años, Función de Clausura, *Solo percusiones*, 28 de junio, Auditorio de los Inkas, Museo de la Nación.
- 2012. Escuela Nacional Superior de Ballet, grupo de 7 a 9 años, Función de Clausura, *Allegreto*, 28 de junio, Auditorio de los Inkas, Museo de la Nación.
- 2011. Escuela Nacional Superior de Ballet, grupo de 9 a 12 años, Función de Clausura, *101 dálmatas*, 4 de diciembre, Teatro Canout.
- 2011. Escuela Nacional Superior de Ballet, grupo de 7 a 9 años, Función de Clausura, *Tinkerbell*, 4 de diciembre, Teatro Canout.
- 2011. Escuela Nacional Superior de Ballet, grupo de 9 a 12 años, Función de Clausura, *Bolero*, 29 de junio, Teatro Canout.
- 2011. Escuela Nacional Superior de Ballet, grupo de 7 a 9 años, Función de Clausura, *Performance*, 29 de junio, Teatro Canout.
- 201. Colegio Mater Christi, inicial, primer y segundo grado, Cierre de Talleres, *Homenaje a Strauss*, mayo, Patio del colegio.
- 2011. Colegio Mater Christi, 2do grado, Actuación de Aniversario, *Vals de Ensueño*, mayo, Patio del colegio.
- 2011. Colegio Mater Christi, primer grado, Actuación día de la Madre, *Polka*, mayo, Patio del colegio.
- 2011. Escuela Nacional Superior de Ballet, grupo de 9 a 12 años, Función de Clausura, *Concierto para trompetas*, 4 de marzo, Teatro Canout.
- 2011. Escuela Nacional Superior de Ballet, grupo de 7 a 9 años, Función de Clausura, *Allegro*, 4 de marzo, Teatro Canout.
- 2010. Escuela Nacional Superior de Ballet, grupo de 9 a 12 años, Función de clausura, *Ice Queen*, 27 de noviembre, Teatro Canout.
- 2010. Escuela Nacional Superior de Ballet, grupo de 7 a 9 años, Función de clausura, *Sei el hawa*, 27 de noviembre, Teatro Canout.
- 2010. Escuela Nacional Superior de Ballet, grupo de 9 a 12 años, Función de clausura, *Sing, sing, sing*, 25 de junio, Auditorio de la Asamblea Nacional de Rectores.
- 2010. Escuela Nacional Superior de Ballet, grupo de 7 a 9 años, Función de clausura, *Allegro*, 25 de junio, Auditorio de la Asamblea Nacional de Rectores.

- 2010. Escuela Nacional Superior de Ballet, grupo de 9 a 12 años, Función de Clausura, *Danza Húngara*, 5 de marzo, Auditorio de los Inkas, Museo de la Nación.
- 2010. Escuela Nacional Superior de Ballet, grupo de 7 a 9 años, Función de Clausura, *Marcha Radetzki*, 5 de marzo, Auditorio de los Inkas, Museo de la Nación.
- 2009. Escuela Nacional Superior de Ballet, grupo de 9 a 12 años, Función de Clausura “Blanca Nieves y los 7 enanos”, *Brujitas*, 5 de diciembre, Teatro Canout.
- 2009. Escuela Nacional Superior de Ballet, grupo de 7 a 9 años, Función de Clausura “Blanca Nieves y los 7 enanos”, *Palomas*, 5 de diciembre, Teatro Canout.
- 2009. Escuela Nacional Superior de Ballet, grupo de 9 a 12 años, Función de Clausura, *Eigth minutes*, 27 de junio, Museo de la Nación.
- 2009. Escuela Nacional Superior de Ballet, grupo de 7 a 9 años, Función de Clausura, *Armonía de otoño*, 27 de junio, Museo de la Nación.
- 2009. Escuela Nacional Superior de Ballet, grupo de 9 a 12 años, Función de Clausura, *Rgdance*, 6 de marzo, Auditorio de los Inkas, Museo de la Nación.
- 2009. Escuela Nacional Superior de Ballet, grupo de 7 a 9 años, Función de Clausura, *Polka champagne*, 6 de marzo, Auditorio de los Inkas, Museo de la Nación.
- 2008. Escuela Nacional Superior de Ballet, grupo de 9 a 12 años, Función de Clausura, *Allegro in blue*, 4 de diciembre, Teatro Canout.
- 2008. Escuela Nacional Superior de Ballet, grupo de 7 a 9 años, Función de Clausura, *Galops*, 4 de diciembre, Teatro Canout.
- 2008. Escuela Nacional Superior de Ballet, grupo de 9 a 12 años, Función de Clausura, *Allegro*, 4 de julio, Auditorio del Parque de la Amistad.
- 2008. Escuela Nacional Superior de Ballet, grupo de 7 a 9 años, Función de Clausura, *Concierto para la trompeta*, 4 de julio, Auditorio del Parque de la Amistad.
- 2007. Escuela Nacional Superior de Ballet, grupo de 9 a 12 años, Función de Clausura “La Bella y la Bestia”, *Relojes*, 1 de diciembre, Auditorio de los Inkas, Museo de la Nación.

- 2007. Escuela Nacional Superior de Ballet, grupo de 7 a 9 años, Función de Clausura “La Bella y la Bestia”, *Cucharas y tenedores*, 1 de diciembre, Auditorio de los Inkas, Museo de la Nación.
- 2007. Escuela Nacional Superior de Ballet, grupo de 7 a 12 años, Función de Clausura, *Solo Strauss*, 30 de junio, Auditorio de los Inkas, Museo de la Nación.
- 2007. Escuela Nacional Superior de Ballet, grupo de 7 a 9 años, Función de Clausura, *Entre el rayo y el trueno*, 3 de marzo, Auditorio de los Inkas, Museo de la Nación.
- 2007. Escuela Nacional Superior de Ballet, grupo de 5 a 7 años, Función de Clausura, *Polka de Colores*, 3 de marzo, Auditorio de los Inkas, Museo de la Nación.
- 2006. Escuela Nacional Superior de Ballet, grupo de 9 a 12 años, Función de Clausura “Maravillas del Mar”, *Mantarayas*, 24 de noviembre, Auditorio de los Inkas, Museo de la Nación.
- 2006. Escuela Nacional Superior de Ballet, grupo de 7 a 9 años, Función de Clausura “Maravillas del Mar”, *Medusas*, 24 de noviembre, Auditorio de los Inkas, Museo de la Nación.
- 2006. Escuela Nacional Superior de Ballet, grupo de 9 a 12 años, Función de Clausura, *Danza Húngara*, 29 de junio, Auditorio de los Inkas, Museo de la Nación.
- 2006. Escuela Nacional Superior de Ballet, grupo de 7 a 9 años, Función de Clausura, *Variaciones*, 29 de junio, Museo de la Nación.
- 2006. Escuela Nacional Superior de Ballet, grupo de 7 a 12 años, Función de Clausura, *Vals Encantado*, 4 de marzo, Museo de la Nación.
- 2005. Escuela Nacional Superior de Ballet, grupo de 9 a 12 años, Función de Clausura “Blanca Nieves y los 7 enanos”, *Palomas*, 3 de diciembre, Auditorio de los Inkas, Museo de la Nación.
- 2005. Escuela Nacional Superior de Ballet, grupo de 7 a 9 años, Función de Clausura “Blanca Nieves y los 7 enanos”, *Pajaritos*, 3 de diciembre, Auditorio de los Inkas, Museo de la Nación.
- 2005. Escuela Nacional Superior de Ballet, grupo de 9 a 12 años, Función de Clausura, *El Danubio Azul*, 16 de julio, Auditorio Museo de la Nación.
- 2005. Escuela Nacional Superior de Ballet, grupo de 7 a 9 años, Función de Clausura, *Vals Vienés*, 16 de julio, Auditorio Museo de la Nación.

- 2005. Escuela Nacional Superior de Ballet, grupo de 5 a 7 años, Función de Clausura, *Clasic*, 12 de marzo.
- 2005. Escuela Nacional Superior de Ballet, grupo de 3 a 5 años, Función de Clausura, *Marcha de Ensueño*, 12 de marzo.
- 2004. Escuela Nacional Superior de Ballet, grupo de 9 a 12 años, Función de Clausura “Cascanueces, una noche de Navidad”, *Danza Rusa*, 27 de noviembre, Auditorio Museo de la Nación.
- 2004. Escuela Nacional Superior de Ballet, grupo de 7 a 9 años, Función de Clausura “Cascanueces, una noche de Navidad”, *Soldaditos*, 27 de noviembre, Auditorio Museo de la Nación.
- 2004. Escuela Nacional Superior de Ballet, grupo de 9 a 12 años, Función de Clausura, *Danzando*, 10 de julio, Auditorio Principal del Museo de la Nación.
- 2003. Escuela Nacional Superior de Ballet, grupo de 9 a 12 años, Función de Clausura “Aladino y la lámpara maravillosa”, *Mercaderes*, 7 de diciembre, Teatro Segura.
- 2003. Escuela Nacional Superior de Ballet, grupo de 4 a 8 años, Función de Clausura “Aladino y la lámpara maravillosa”, *Las flores*, 7 de diciembre, Teatro Segura.
- 2003. Escuela Nacional Superior de Ballet, grupo de 5 a 7 años, Función de Clausura, *Danza de Colores*, 27 de junio, Auditorio Principal del Museo de la Nación.
- 2003. Escuela Nacional Superior de Ballet, grupo de 7 a 9 años, Función de Clausura, *Marcha Radetzky*, 14 de marzo, Auditorio Principal del Museo de la Nación.
- 2002. Escuela Nacional Superior de Ballet, grupo de 8 a 12 años, Función de Clausura, *Danza de los Pañuelos*, 29 de junio, Auditorio Principal del Museo de la Nación.
- 2002. Escuela Nacional Superior de Ballet, grupo de 5 a 7 años, Función de Clausura, *Bailando con los Canarios*, 29 de junio, Auditorio Principal del Museo de la Nación.
- 2002. Escuela Nacional Superior de Ballet, grupo de 7 a 9 años, Función de Clausura, *Polka en celeste*, 9 de marzo, Auditorio Principal del Museo de la Nación.

- 1999. Escuela Nacional Superior de Ballet, grupo de 5 a 7 años, Función de Clausura, *Polka*, 29 de noviembre, Auditorio Principal del Museo de la Nación.
- 1999. Escuela Nacional Superior de Ballet, FAS (participación), Función de Clausura, *Bachianas*, 29 de noviembre, Auditorio Principal del Museo de la Nación.

CAPÍTULO II. FUNDAMENTACIÓN

2.1. Explicación de teorías o fundamentos aplicados

El ballet es una disciplina muy rigurosa y exigente, por ello Haskell (1968) manifiesta que los que la practican deben tener ciertas condiciones físicas y un talento especial; es importante su morfología corporal, ser delgado y tener una figura estilizada, al igual que la coordinación, el control y la elasticidad de su cuerpo. El ballet está ligado a la música, por eso también debe tener una sensibilidad o inclinación hacia ella. Es una actividad de mucha exigencia física que incluye varias técnicas de movimientos que se basan en el control total y absoluto del cuerpo. Cada paso está codificado, nombrado y practicado. Participan las manos, brazos, tronco, cabeza, pies, rodillas, todo el cuerpo en una sincronización dinámica muscular y mental que debe expresarse en total armonía de movimientos.

Salazar (2014), sostiene que casi todo movimiento empieza con los *demi-pliés*, es decir, las flexiones de los pies y piernas. Además, Vaganova (1945) explica que, si la persona que baila carece de un buen *plié*, sus movimientos serán rígidos, carente de elasticidad y sin gracia. Entonces se debe comprender la importancia de realizar un correcto *demi-plié*, ya que de él depende la estabilidad y la ejecución de todos los movimientos como los saltos, piruetas, etc.

Debe estudiarse con mucho cuidado el *demi-plié*, pues como ya se manifestó anteriormente, es la base de casi todos los movimientos, por ello, la importancia de realizarlos de manera correcta. El *demi plié* se ejecuta sin levantar los talones del piso, esta adherencia al suelo desarrolla muy bien los tendones y las articulaciones del empeine del pie. Vaganova (1945) describe que se debe conservar la posición *en dehors* de toda la pierna, la rodilla flexionada siempre debe proyectarse a la punta del pie, sin perder la línea recta que se forma en tres puntos: pies, rodillas y cadera; el torso debe de estar recto y suspendido siempre hacia arriba, al llegar al punto máximo del *plié* hecho hacia abajo, no se debe demorar su regreso, empezar a enderezarse enseguida, ya que se debe aprovechar la energía propulsora de los músculos, en otras palabras, el resorte de las piernas. Orjuela (2017) explica que tiene dos momentos: flexión que desarrolla la flexión de la articulación de la rodilla, así como también las articulaciones coxofemoral y la del tobillo; y extensión de los gemelos y el tendón de Aquiles.

Hay que tener en cuenta que todos los pasos de elevación deben empezar

y terminar en *demi-plié*, la acción del resorte es esencial para todos los saltos ya que brinda el impulso previo a la elevación y amortigua el descenso al contacto con la superficie.

El tendón de Aquiles es la unión de los tendones de los músculos sóleo y gastrocnemio que reciben el nombre de triceps sural, como se aprecia en la Figura 1. Calais (2007) señala que el tendón de Aquiles es una estructura anatómica localizada en la parte posterior superficial de la pierna, tiene como función transmitir la fuerza y el movimiento que generan estos músculos al calcáneo para realizar la flexión plantar; es decir, ayuda a que estos músculos mantengan estable el pie. Es un tendón muy voluminoso que mide 15 cm. de largo; su estructura al inicio es redondeada en la parte proximal, se va aplanando a medida que se acerca a la parte distal. Su cuerpo se encuentra envuelto por el peritendón, una vaina tendinosa de doble capa compuesta por el epitendón, que es la capa interna y el paratendón; la capa externa. El tendón de Aquiles tiene dos bursas. Mientras que una es superficial y está situada entre el tendón y la piel, la otra, la bursa retrocalcanea, es profunda y se localiza en el triángulo Kager, un espacio existente entre el tendón y la tuberosidad posterior del calcáneo.

Figura 1

El tendón de Aquiles y triceps sural



Nota. Adaptado de ¿Qué es tendón de Aquiles?, por E. Delgado, 2013. (<https://www.delgadotrauma.com/rotura-aguda-del-tendon-de-aquiles/>)

En su postura Staugaard-Jones (2014) manifiesta que el gastrocnemio es un músculo de acción rápida, interviene mucho en los saltos. En cambio el soleo es un músculo sustentante, que trabaja mucho en los *relevés* y el trabajo en puntas.

También Mazzari (2016) indica que para realizar un salto los pies generarán la tracción al piso, indispensable para despegar del suelo; las falanges y los arcos de los pies se adhieren al piso hasta que todo el cuerpo esté listo para saltar y rechazar el suelo para ese último empuje. El tobillo, al igual que la rodilla, deben de estar alineados justo a la mitad del pie. La parte superior del empeine, en donde se encuentran los extensores de los dedos, están relajados para permitir que el tendón de Aquiles se relaje y pueda dar la mayor cantidad de flexión posible, que es el principal impulso para saltar. Los talones deben de estar bien apoyados en el piso para conseguir mayor estabilidad, antes del salto y en el regreso, pues es uno de los factores que protege el tendón de Aquiles. El *demi plie* se hace lo más profundo que se pueda y realizar el impulso con todo el pie, usando los flexores plantares, músculos intrínsecos y extensores de la rodilla para elevar el cuerpo en el aire con los pies en máxima flexión plantar. Es importante maximizar la funcionalidad del pie a la hora del salto. En el aterrizaje se debe tratar que el regreso al suelo sea de la manera inversa, y tener mayor cuidado que el despegue, abrir las falanges para el primer contacto con el piso, se relajan los arcos de los pies y tendones. Cuando todo el pie esté en el suelo se finaliza con un *demi plié*, asegurarse de tener los talones bien apoyados, esta acción, aparte de dar un buen aplomo en el aterrizaje, también protege los músculos y articulaciones del impacto generado por el rebote contra el piso al bajar. Al elevar los talones ya sea en el despegue del salto o en la amortiguación, producirá desequilibrios, inestabilidad y una predisposición a lesiones.

Por otro lado, Comet (2022), explica que cuando un postulante tiene un tendón de Aquiles acortado no debe ser aceptado en los estudios de ballet clásico, ya que por lo antes descrito tendría muchas dificultades en asimilar la técnica de la danza clásica y podría sufrir lesiones. En los cursos de extensión de la ENSB el ingreso del alumnado es libre. Los alumnos no pasan por un examen físico que pueda calificar sus condiciones y habilidades, y si alguno presenta esta deficiencia, se debe empezar a trabajar contra la estructura natural del cuerpo como afirma Vaganova (1945), con ejercicios que ayuden a mejorar esa limitación.

2.2. ¿Cómo se integran la teoría y la práctica para cumplir los objetivos?

Se ha indicado que anteriormente, al ser el pre-ballet, un curso libre, se permite el ingreso de todo alumno sin ninguna restricción, todo el que quiera inscribirse en los cursos de extensión, será aceptado. Por este motivo se debe lograr cumplir los objetivos a pesar de ciertas limitaciones que presentan los alumnos, como poca flexibilidad, tendón de Aquiles acortado, etc. Observar las limitaciones particulares del alumnado y a base de eso, planificar los ejercicios determinados para que se logre los objetivos por grupos.

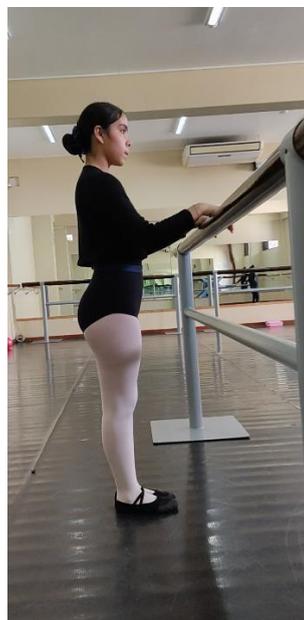
A continuación, se describe un ejercicio para practicar el salto, en principiantes, en alumnas de pre-ballet, de 9 a 12 años.

Ejercicio de salto:

- Colocarse frente a la barra, en sexta posición de pies, como muestra la Figura 2, las dos manos apoyadas en la barra, la espalda recta y alargada, hombros hacia abajo, estómago aplanado y elongado, glúteos recogidos, pelvis proyectada hacia adelante, mirada hacia el frente.

Figura 2

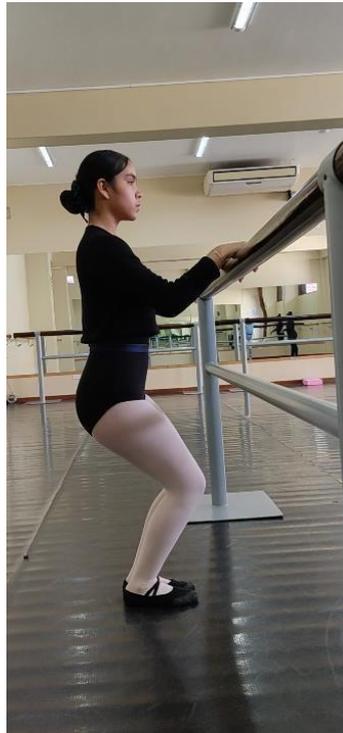
Alumna colocada frente a la barra en sexta posición de pies.



- Hacer un *demi plie*, lo más profundo que puedan, poniendo mucha atención que los talones no se levanten del suelo, las rodillas se proyectan hacia los dedos de los pies, el peso del cuerpo entre las dos piernas, como se observa en la Figura 3.

Figura 3

Alumna frente a la barra, ejecutando un demi-plie en sexta posición de pies.



- Estirar las piernas conservando las colocaciones antes mencionadas, en el “y” hacer un *demi-plié*, inmediatamente después hacer el salto, tomando el impulso de este *demi-plié* para el salto, elevándose en el aire, apoyando levemente el peso sobre los brazos y las manos que están apoyados en la barra, estirando las piernas y los pies en flexión plantar lo más posible sin llevar el cuerpo hacia adelante, conservando la línea recta, proyectando el cuerpo hacia arriba (Figura 4) y realizar el aterrizaje de manera inversa.

Figura 4

Alumna realizando el salto, estirando las piernas y los pies, proyectando el cuerpo hacia arriba.



Durante la ejecución del ejercicio, prestar atención a que no se levanten los talones del suelo, y tampoco que se queden “sentadas” en el segundo *demi-plié*, es por eso por lo que el tiempo de ese *demi-plié* es en el “y” para que no se queden mucho tiempo en el *demi-plié*.

La elongación y el correcto trabajo de las piernas desde la rodilla hacia abajo es fundamental a la hora de ejecutar los saltos, Burquel (2009) señala que por esta razón se incluyen tantos ejercicios de plié en la barra de la clase de danza clásica.

2.3. Descripción de las acciones, metodologías y/o procedimientos

Para lograr maximizar del tendón de Aquiles, puedan ejecutar un *demi-plié* de manera correcta, y realizar un buen salto se debe tener en cuenta las limitaciones del alumnado y trabajar en forma general una serie de ejercicios para alcanzar este objetivo. Para desarrollar este punto se tomará en cuenta algunos ejercicios de la disciplina de *Stretching* así como también de la metodología de Vaganova. Nelson

(2007), comenta que el *stretching* es un tipo de entrenamiento que consiste en mejorar la flexibilidad de segmentos corporales específicos, tomando los principios del yoga y de pilates; que para lograrlo se debe practicar con frecuencia.

A continuación se describen 4 ejercicios para mejorar la flexibilidad del tendón de Aquiles y fortalecer los pies y dedos para lograr un salto correcto.

Ejercicio 1.

El primer ejercicio, para flexibilizar el tendón de Aquiles, se realiza sentada, una pierna estirada hacia adelante, colocada encima del bloque en flexión dorsal o *flex*, como se observa en la Figura 5; la otra pierna doblada apoyada en el suelo.

Figura 5

Alumna sentada, una pierna estirada en flex encima del bloque, y la otra doblada al lado



Con la espalda recta y alargada, proyectarla hacia adelante llevando las manos a los lados del bloque, sin doblar la pierna que está encima de este. Mantener esa posición (Figura 6) durante 10 tiempos. Este ejercicio se realizará con la otra pierna y luego con las dos piernas juntas encima del bloque.

Figura 6

Alumna, proyectando la espalda hacia adelante, con las manos a los lados del bloque.



Ejercicio 2.

Otro ejercicio que ayudará a la flexibilidad del tendón de Aquiles, colocarse frente a la barra, encima del bloque parada en media punta o *relevé*, como se indica en la Figura 7; de tal manera que cuando se baje de la media punta, los talones queden suspendidos en el aire, manos apoyadas en la barra, la espalda recta y alargada, hombros hacia abajo, estómago aplanado y elongado, glúteos recogidos, pelvis proyectada hacia adelante, mirada hacia el frente. 4 tiempos en *relevé*, 4 tiempos abajo, estirando el tendón.

Figura 7

Alumna colocada frente a la barra, parada encima del bloque, realizando releve y bajar.



Ejercicio 3

Colocada frente a la barra en cuarta posición cerrada, pies paralelos, el peso en ambas piernas. Las colocaciones del cuerpo como en el ejercicio anterior. El pie izquierdo atrás, pierna derecha flexionada como se aprecia en la figura 8. Con la pierna izquierda hacer un *demi-plié*, extendiendo el tendón de Aquiles, sin levantar el talón del piso. Elongar gemelos y tendón. Repetir con la otra pierna. Ver secuencia en la Figura 8.

Figura 8

Secuencia del ejercicio 3

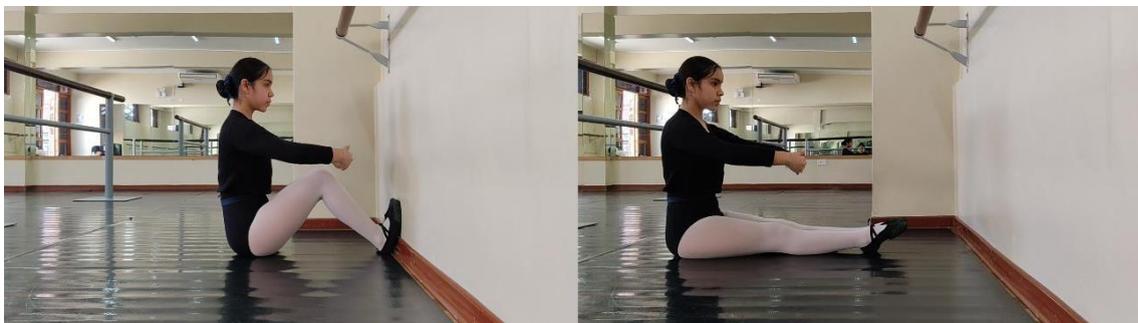


Ejercicio 4

Sentada en el suelo, frente a la pared, pies en sexta posición, apoyando todo el pie en la pared, piernas flexionadas, como se muestra en la Figura 9, manos en la cintura (posteriormente se realiza con brazos en primera posición), espalda recta y alargada, estómago sumido y elongado. Impulsarse con todo el pie hacia atrás, estirando los pies y las piernas, para fortalecer el pie y sensibilizar a la alumna de cómo debe trabajar el pie durante el salto. Luego se realizará en primera posición de pies.

Figura 9

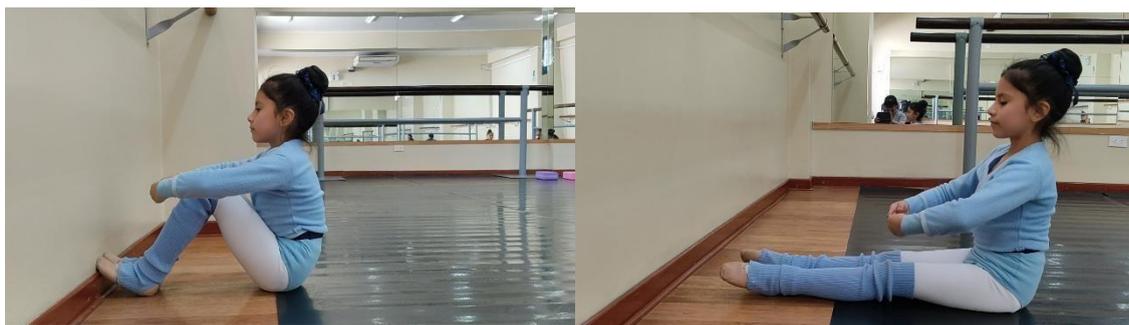
Secuencia del ejercicio de impulso para los saltos apoyando todo el pie en la pared



Con la misma dinámica del ejercicio anterior, pero solo se apoyará la media punta del pie para fortalecer los dedos para el salto y la alumna siente el trabajo de los dedos a la hora del salto. (Figura 10)

Figura 10

Secuencia del ejercicio de impulso para los saltos con los dedos apoyados en la pared



CAPÍTULO III. APORTES Y DESARROLLO DE CAPACIDADES

3.1. Aportes realizados por el bachiller

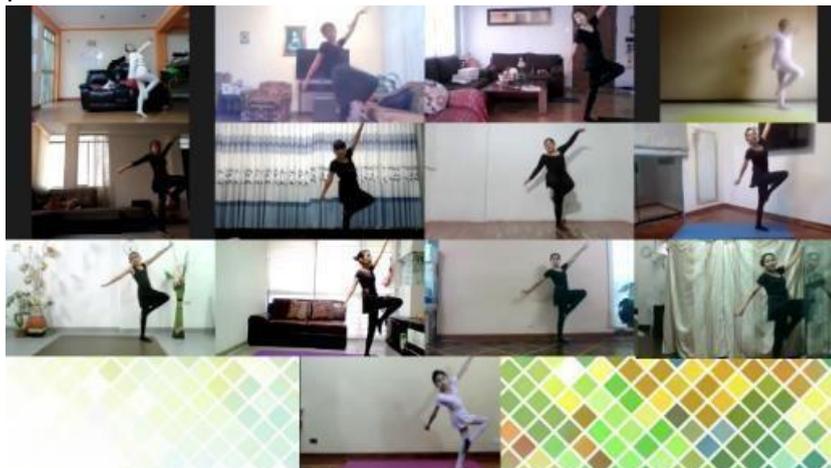
- Coreografía para la clausura del I ciclo de pre ballet (clases presenciales), en el patio la ENSB (2022). Se presenta la coreografía *Concierto*, por alumnas de 9 a 12 años, presentación virtual.



https://ensubamys.sharepoint.com/:v:/g/personal/akuniyoshi_ensb_edu_pe/EdEhhwppNqBNgyyh8UQ_shgB1QzOhFGZGvjARNdLGOBJA?e=FdMVK1

- Se presenta la coreografía *Four 45*, para la clausura del II ciclo de Pre-ballet de la ENSB por las alumnas de 9 a 12 años (2021), modo virtual.

https://ensubamys.sharepoint.com/:v:/g/personal/akuniyoshi_ensb_edu_pe/EQxML_vZCuhJk1y7ZI-0XfIBNxLZmxFSocip9VGgj1RyrQ?e=zihpCa



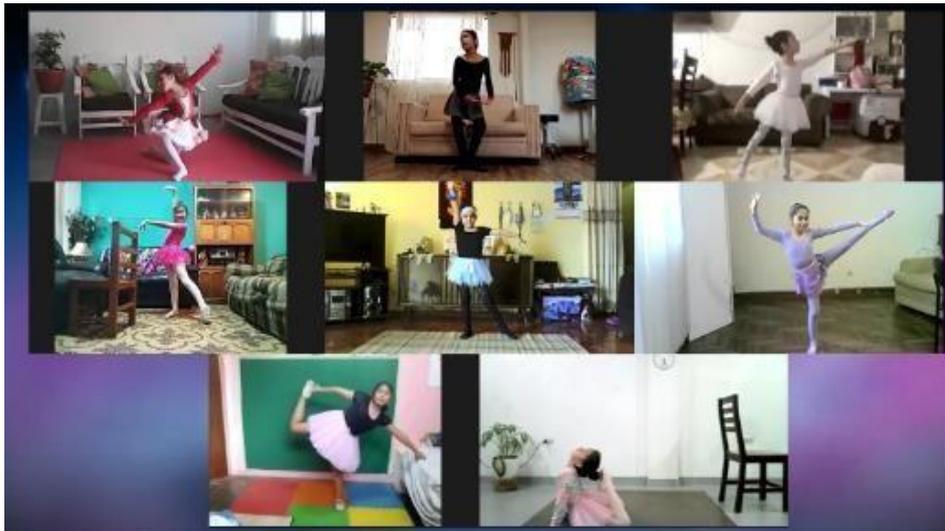
https://ensubamys.sharepoint.com/:v:/g/personal/akuniyoshi_ensb_edu_pe/EQxML_vZCuhJk1y7ZI-0XfIBNxLZmxFSocip9VGgj1RyrQ?e=zihpCa

- Coreografías para la presentación *Mistura de Talentos 2021* del Colegio Mater Christi, participando todo el alumnado del taller de ballet, desde Inicial hasta sexto de primaria, modo virtual.



<https://www.youtube.com/watch?v=ILINu0PcGYc>

- Coreografía *In the Mood*, para la clausura del II ciclo de pre-ballet de la ENSB presentado por alumnas de 7 a 9 años (2021). Modo virtual.



https://ensubamy.sharepoint.com/:v:/g/personal/akuniyoshi_ensb_edu_pe/EXfYJmkk3m1NiMF44tREjIMBBZmW5KY5VTeXzsocqgzPJw?e=yeO5wA

- Se presenta la coreografía *Shape for you*, para la clausura del I ciclo de pre ballet de la ENSB por las alumnas de 7 a 9 años (2020). Modo Virtual.



https://ensubamy.sharepoint.com/:v:/g/personal/akuniyoshi_ensb_edu_pe/EfyEXzRqKVIntimxlqMk7gsB61MnsrbA_n88ZQWjYMDmRg?e=oA2f0

- Coreografía *The cello song*, para la clausura del I semestre de pre ballet de la ENSB presentado por las alumnas de 9 a 12 años (2020). Modo Virtual.

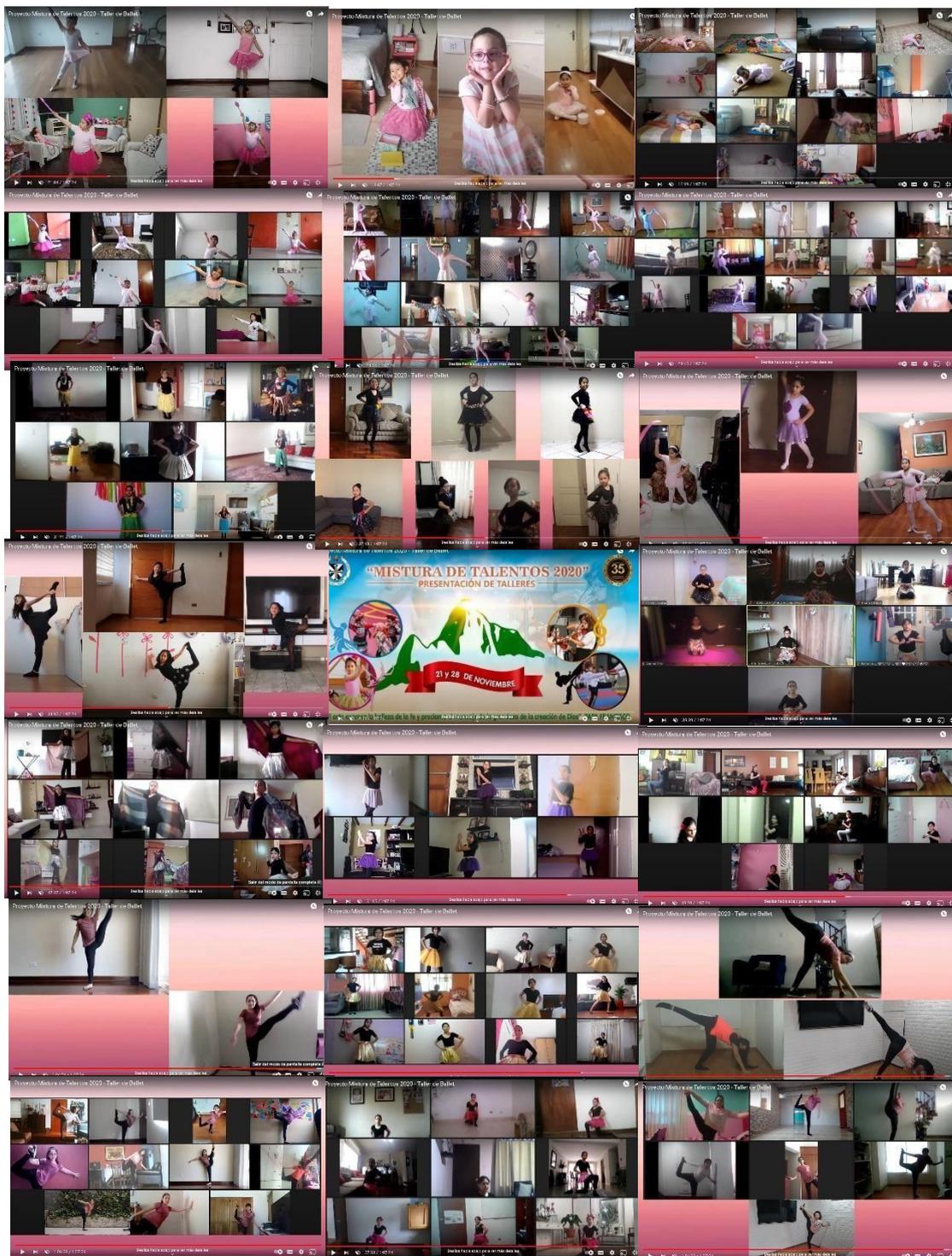


https://ensubamy.sharepoint.com/:v/g/personal/akuniyoshi_ensb_edu_pe/EYJey7pYYOxEINkRWOjQB44BN6qWhFHajW5btQAgYsFHQA?e=5pJR0f

- Coreografía para la obra teatral: *La vida de Eduviges Portalet*, del colegio Mater Christi, presentado por las alumnas de tercer grado de primaria (2019).

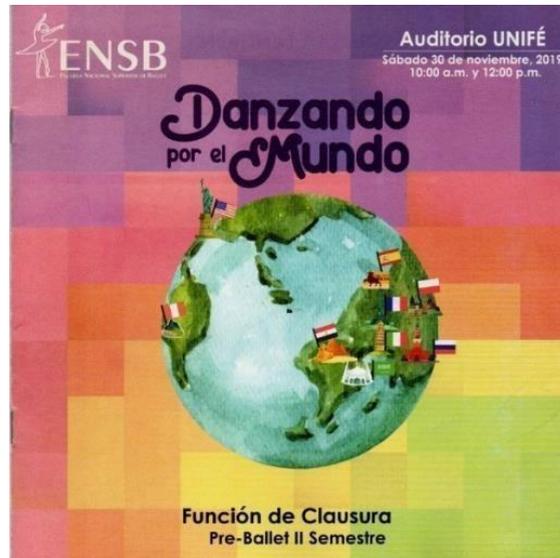


- Coreografías para la presentación *Mistura de Talentos 2020* del Colegio Mater Christi, participando todo el alumnado del taller de ballet, desde Inicial hasta sexto de primaria, modo virtual. (2020)



<https://www.youtube.com/watch?v=jXgoUjgVDJ4>

- Presentación de la coreografía de danza tradicional de *Polonia* para la función de clausura de pre ballet II semestre de la ENSB denominada “Danzando por el Mundo” participando las alumnas de 9 a 12 años (2019).



4 POLONIA
 Coreografía: Ada Kuniyoshi
 Participan: Gia Camila Lozada, Kiara Arica, Annette Zuñiga, Daniella Portilla, Dariana Condo, Ariana Custodio, Luciana Carbajal, Gianella Camacho, Zoe Mantilla, Vanessa Manetti, Cecilia Villanueva, Fatima Malpartida, Lucia Solano, Jatsy Paredes, Dayana Andía, Mariana Villavicencio.

- Coreografía de la Tarantella, danza tradicional de *Italia*, para la Función de Clausura de pre ballet II semestre de la ENSB denominada “Danzando por el mundo” presentado por las alumnas de 7 a 9 años (2019).

2 ITALIA
 Coreografía: Ada Kuniyoshi
 Participan: Ana Sofia Burga, Raffaella Kanashiro, Luz Valeria Salazar, Alejandra Chinchay, Micaela Barrueta, Luanna Meza, Gabriela Dhondt, Micaela Quintanilla, Angeles Gupioc, Catalina Soto, Carmen Murayari, Alessandra Cabrera, Connie Paitan, Lucia Ynoue, Gabriela Mayor, Maia Urrutia.

- Coreografía de los *Unicornios*, para la presentación de Talleres de Ballet y Tae kwon do, del Colegio Mater Christi, denominada “El Circo”, participando las alumnas de Inicial 4 años (2019).



- Coreografía *Conejitas*, para la presentación de los Talleres de Ballet y Tae kwon do, del Colegio Mater Christi, denominada “El Circo” participando las alumnas de Inicial 5 años A (2019).



- Coreografía *Pequeñas Magas*, para la presentación de los Talleres de Ballet y Tae kwon do, del Colegio Mater Christi, denominada “El Circo”, participando las alumnas de Inicial 5 años B (2019).



- Coreografía *Vendedoras de globos*, para la presentación de los Talleres de Ballet y Tae kwon do, del Colegio Mater Christi, denominada “El Circo”, participando las alumnas de primer grado A de primaria (2019).



- Coreografía de los *Vendedoras de Dulces*, para la presentación de los Talleres de Ballet y Tae kwon do, del Colegio Mater Christi, denominada “El Circo” participando las alumnas de primer grado B (2019).



- Coreografía de los *Vendedoras de popcorn*, para la presentación de los Talleres de Ballet y Tae kwon do, del Colegio Mater Christi, denominada “El Circo” participando las alumnas de primer grado C (2019).



- Coreografía *Domadoras*, para la presentación de los Talleres de Ballet y Tae kwon do, del Colegio Mater Christi, denominada “El Circo” participando las alumnas de segundo grado A (2019).



- Coreografía de los *Tigres*, para la presentación de los Talleres de Ballet y Tae kwon do, del Colegio Mater Christi, denominada “El Circo” participando las alumnas de segundo grado B (2019).



- Coreografía de las *Malabaristas con aros*, para la presentación de los Talleres de Ballet y Tae kwon do, del Colegio Mater Christi, denominada “El Circo” participando las alumnas de tercer grado A (2019).



- Coreografía de las *Malabaristas con sogas*, para la presentación de los Talleres de Ballet y Tae Kwon do, del Colegio Mater Christi, denominada “El Circo” participando las alumnas de tercer grado B (2019).



- Coreografía de las *Equilibristas*, para la presentación de los Talleres de Ballet y Tae kwon do, del Colegio Mater Christi, denominada “El Circo” participando las alumnas de tercer grado C (2019).



- Coreografía de las *Bastoneras*, para la presentación de los Talleres de Ballet y Tae kwon do, del Colegio Mater Christi, denominada “El Circo” participando las alumnas de cuarto grado A (2019).



- Coreografía de las *Animadoras con pompones*, para la presentación de los Talleres de Ballet y Tae kwon do, del Colegio Mater Christi, denominada “El Circo” participando las alumnas de cuarto grado B (2019).



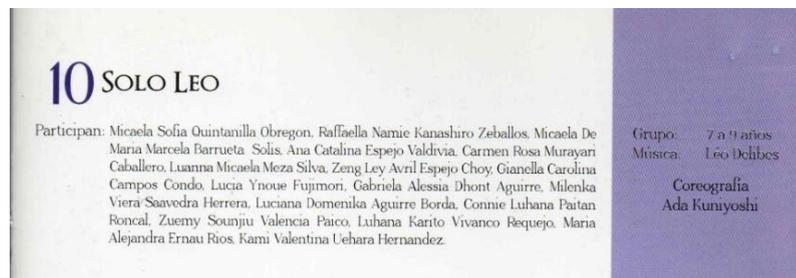
- Coreografía de danza moderna *Animadoras*, para la presentación de los Talleres de Ballet y Tae kwon do, del Colegio Mater Christi, participando las alumnas de quinto y sexto grado (2019).



- Coreografía *Blue* para la clausura del I semestre de pre ballet de la ENSB presentado por alumnas de 9 a 12 años (2019)



- Coreografía *Solo Leo* para función de clausura del I semestre de pre ballet de la ENSB presentado por alumnas de 7 a 9 años (2019).



- Coreografía *Danza de las Guirnaldas* para la actuación del día de la Madre del Colegio Mater Christi, presentado por las alumnas de segundo grado C (2019)



- Coreografía *Mi clase de ballet*, presentado por las alumnas de segundo grado C de primaria en la Actuación de aniversario del Colegio Mater Christi (2019).



- Coreografía *Domadoras y Tigres* para la Función de Clausura de pre ballet II semestre de la ENSB, denominada “El Circo” presentado por las alumnas de 9 a 12 años (2018).



08. DOMADORAS Y TIGRES

Participan:

Bianca Bengoa, Camila Castro, Angelina Caycho, Dariana Condo, Darma De La Sotta, Fabiana Delgado, Kimi Egusquiza, Laura Espinoza, Fatima Flores, Zoe Mantilla, Daniela Portilla, Gabriela Quispe, Connie Rivera, Daniela Valdivia, Camila Voto Bernales, Ivanna Zucchetti, Annette Zuñiga.



COREOGRAFÍA:
Ada Kuniyoshi

- Coreografía *Equilibristas* para la Función de Clausura de pre ballet II semestre de la ENSB denominada “El Circo” presentado por las alumnas de 7 a 9 años (2018).

06. EQUILIBRISTAS

Participan:
 Leidy Alvarado, Ana Ausejo, Ivana Bernuy, Camila Del Carpio, Francesca Delgado, Gabriela Dhondt, Miranda Diaz, Raffaella Kanashiro, Dayane Limache, Hannah Luna, Alejandra Malaga, Gabriela Mayor, Micaela Quintanilla, Gasdaly Quispe, Raffaella Roy, Melanie Walter, Lucia Ynoue.

COREOGRAFÍA:
 Ada Kuniyoshi



- Coreografía *El señor es mi Luz* presentado para el 9º Congreso Nacional de Maestros Dominicados del Colegio Mater Christi, participan docentes y auxiliares del colegio (2018).



- Coreografía *Copitos de Nieve* presentado para el 9° Congreso Nacional de Maestros Dominicanos del Colegio Mater Christi, participan alumnas del tercer grado de primaria y la docente (2018).



- Coreografía *Mazurka* para la Función de Clausura de pre ballet I semestre de la ENSB presentado por alumnas de 9 a 12 años (2018).

JUEVES
28
JUNIO

Función Clausura

PRE-BALLET - I SEMESTRE 2018

AUDITORIO UNIFE

ENSB

13 MAZURCA

MÚSICA: Leo Delibes

PARTICIPAN: Alumnas de 9 a 12 años

Bianca Bengoa, Naiara Bermudez, Angelina Castello, Ana Lucía Contreras, Valeria Cortez, Darna De La Sotta, Scarlett Escudero, Daniella Gabriel, Fabiana Marquina, Marcela Orellano, Daniella Portilla, Andrea Quispe, Connie Rivero, Brenda Rodas, Valentina Romero, Ma. Fernanda Sanz, Camila Voto Bernales, Isabella Zuñiga.

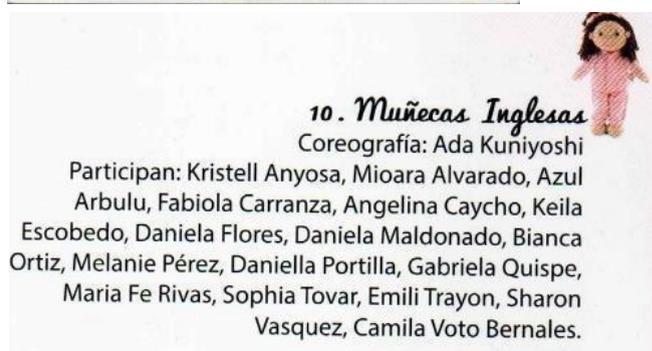


Coreografía
Prof. Ada Kumiyoshi

- Coreografía *Concierto para trompetas* para la función de clausura del pre ballet I semestre de la ENSB presentado por las alumnas de 7 a 9 años (2018).



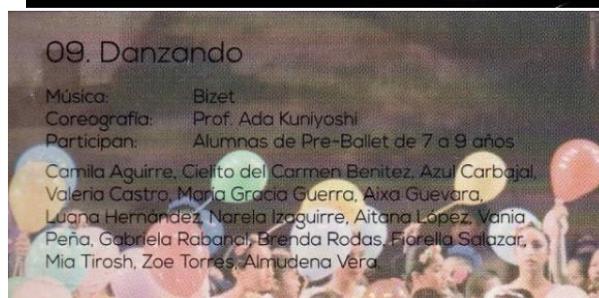
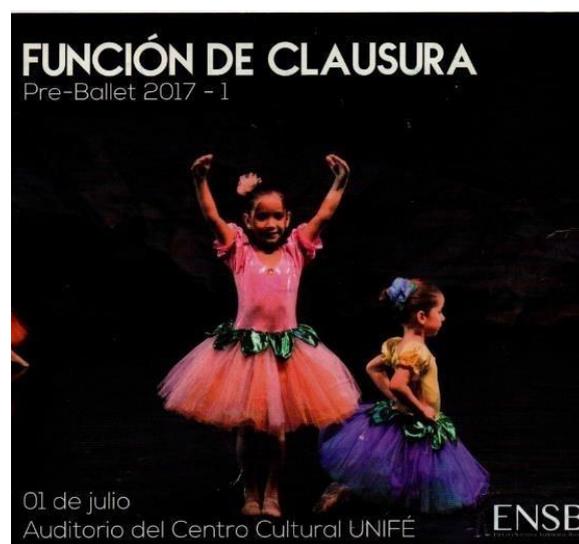
- Coreografía *Muñecas Inglesas* para la Función de Clausura del pre ballet II semestre de la ENSB denominada “Tienda de Muñecas”, presentado por las alumnas de 9 a 12 años (2017).



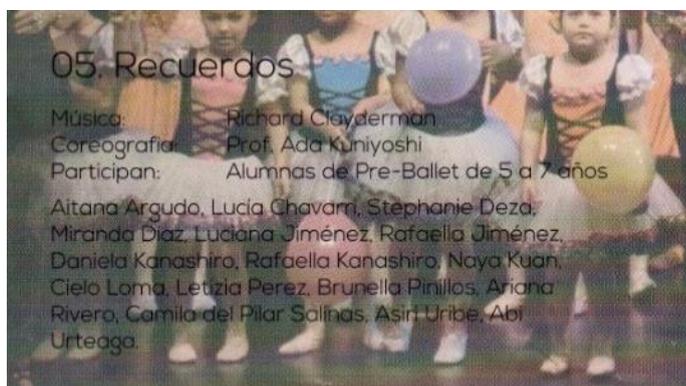
- Coreografía *Minies* para la Función de Clausura del pre ballet II semestre de la ENSB denominada “Tienda de Muñecas”, presentado por las alumnas de 7 a 9 años (2017).



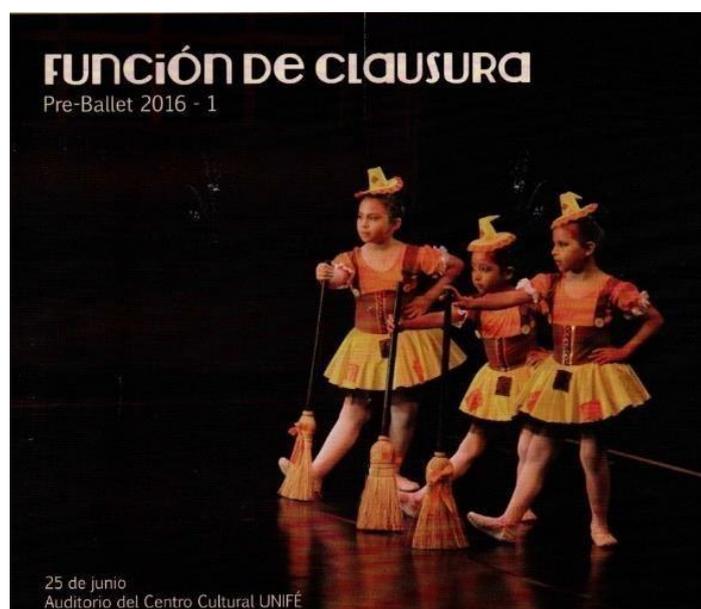
- Coreografía *Danzando* para la Función de Clausura del pre ballet I semestre de la ENSB, presentado por las alumnas de 7 a 9 años (2017).



- Coreografía *Recuerdos* para la Función de Clausura del pre ballet I semestre de la ENSB, presentado por las alumnas de 5 a 7 años (2017).



- Coreografía *Sing, Sing, Sing* para la Función de Clausura del pre ballet I semestre de la ENSB, presentado por las alumnas de 9 a 12 años (2016).



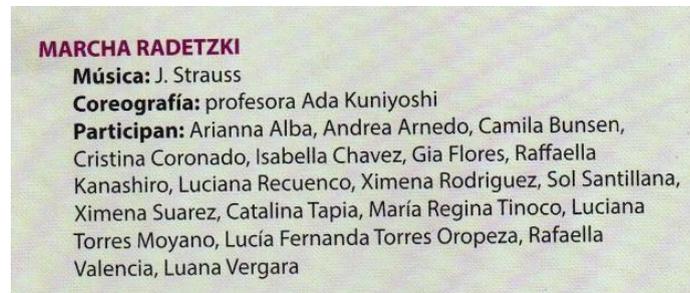
SING SING SING

Música:

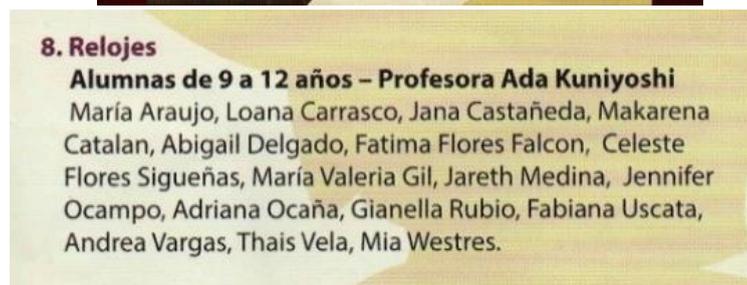
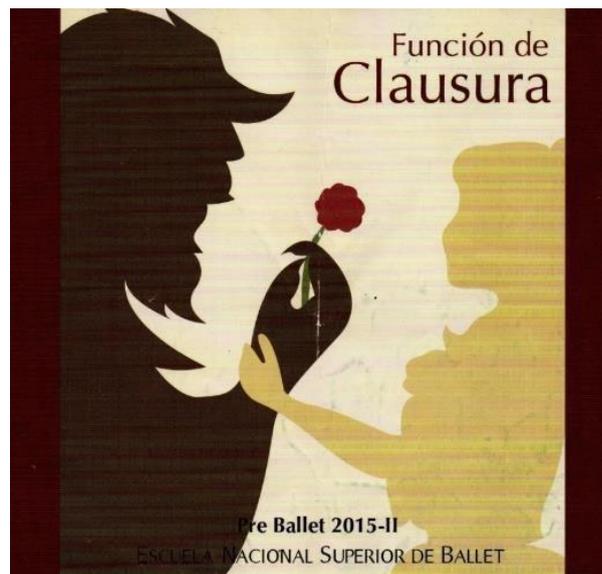
Coreografía: profesora Ada Kuniyoshi

Participan: María José Almandos, Kristel Anyosa, María Araujo, Natalia Bazan, Nicoletta Castrillón, Silvia Contreras, Luz Chichon, Letizia Chung, Fatima Flores, Kristen Lozada, Alejandra Nuñez, Ivana Quiroga, Camila Palacios, Lucía Penagos, Gianella Rojas Caverro, Xiomara Rojas Vizcardo, Thais Vela, Luciana Vicentelo

- Coreografía *Marcha Radetzky* para la Función de Clausura del pre ballet I semestre de la ENSB, presentado por las alumnas de 5 a 7 (2016).



- Coreografía *Relojes* para la Función de Clausura del pre ballet II semestre de la ENSB, denominada “La Bella y la Bestia” presentado por las alumnas de 9 a 12 años (2015).



- Coreografía *Candelabros* para la Función de Clausura del pre ballet II semestre de la ENSB, denominada “La Bella y la Bestia” presentado por las alumnas de 5 a 7 años (2015).

2. Candelabros
Alumnas de 5 a 7 años – Profesora Ada Kuniyoshi
 Arianna Alba, Camila Arauco, Andrea Arnedo, Angela Campusano, Sophie Concha, Arabelle Chavez, Miranda del Rosario Chavez, Rafaella Garro, Mariana Juarez, Camila Lechuga, Ayelen Leon, Marcela Orellano, Sol María Puntriano, Mia Quiroz, Ximena Rodriguel, Sharlote Samaniego, Luciana Solsol, María Regina Tinoco, Mikaela Zevallos.

- Coreografía *Vals de Serenata* para la Función de Clausura del pre ballet I semestre de la ENSB, presentado por las alumnas de 9 a 12 años (2015).

13. Vals de Serenata
Música: P. Tchaikovsky
Coreografía: profesora Ada Kuniyoshi
Participan: alumnas de 9 a 12 años
 Hanna Ackerman, Flavia Aguilar, Valeria Arriola, Kristell Anyosa, Karla Banberger, Ariana Cavero, Abigail Delgado, Mariella Flores, Celeste Flores, María Valeria Gil, Rafaela Mansilla, Jennifer Ocampo, María José Saenz, Mariana Sotomayor, Mia Westres

- Coreografía *Recuerdos* para la Función de Clausura del pre ballet I semestre de la ENSB, presentado por las alumnas de 5 a 7 años (2015).

Función de clausura _____



Auditorio del Centro Cultural UNIFE
4 de julio del 2015

Pre - Ballet
2015 - 1

ESCUELA NACIONAL SUPERIOR DE BALLET

3. Recuerdos
Música: Richard Clayderman
Coreografía: Ada Kuniyoshi
Participan: alumnas Pre-Ballet de 5 a 7 años
 Arianna Alba, Camila Arauco, Rafaella Bermúdez, Romina Corona, Kimi Egusquiza, Rafaella Garro, Ana Paula Gutierrez, María Fernanda Gutierrez, Mariana Juarez, Sandra Ramirez, Valentina Ramirez, Connie Rivero, Ximena Rodríguez, Sharlote Samaniego, Camila Sevilla, Luciana Solsol

- Coreografía *Algas* para la Función de Clausura del pre ballet II semestre de la ENSB, denominada “Las Maravillas del mar” presentado por las alumnas de 9 a 12 años (2014).



Función de Clausura
Pre - Ballet
II Semestre
2014

Domingo 30 de
Noviembre del 2014

Teatro Canout

01.- ALGAS
Coreografía : Prof. Ysabel Chávez y Prof. Ada Kuniyoshi
Participan : Alumnas de 9 a 12 Años: Valeria Arriola, Brenda Flores, Arianne Gembs, Melissa Landauro, Camila Mendoza, Valeria Mercado, Sofia Muñoz, Lucía Palomino, Valeria Ramírez, Camila Renier, Fiana Sakiyama, Daniela Urueta, Natalia Urueta, Alexandra Vargas, Anghelina Vejarano.

14.- ALGAS
Coreografía : Prof. Ada Kuniyoshi
Participan : Alumnas de 9 a 12 Años:
Valeria Arriola, Brenda Flores, Arianne Gembs, Melissa Landauro, Camila Mendoza, Valeria Mercado, Sofia Muñoz, Lucía Palomino, Valeria Ramírez, Camila Renier, Fiana Sakiyama, Daniela Urueta, Natalia Urueta, Alexandra Vargas, Anghelina Vejarano.

- Coreografía *Anémonas* para la Función de Clausura del pre ballet II semestre de la ENSB, denominada “Las Maravillas del mar” presentado por las alumnas de 5 a 7 años (2014).

07.- ANEMONAS
Coreografía : Prof. Ada Kuniyoshi
Participan : Alumnas de 5 a 7 Años: Lea Almendariz, María Fernanda Alva, Romina Corona, María Fernanda Espejo, Luciana Fernández, Ana Paula Gutiérrez, María Fernanda Gutiérrez, Luciana Jauregui, Iran Mijangos, María Fernanda Navarro, Isabel Pareja, Kiara Pastor, Sol María Puntriano, Camila Rivero, Patricia Rodríguez, Ximena Rodríguez, Leandro Salomón, Camila Sevilla.

- Coreografía *Infiltrados* para la Función de Clausura del pre ballet I semestre de la ENSB, presentado por las alumnas de 9 a 12 años (2014).



Función de Clausura
Pre - Ballet
I Semestre 2014

Sábado 28 de Junio del 2014
Teatro Canout

11.- INFILTRADOS

Música : Howard Shore
Coreografía : Prof. Ada Kuniyoshi
Participan : Alumnas de 9 a 12 Años:

Evelyn Acero, Valeria Adda, Yildris Alca, Fiorella Andaviza, Valeria Arriola, Valeria Campos, Ariana Caverro, Stephany Garay, Valeria Gil, Isabella Gleiser, Melissa Landauro, Aneli Mejía, Rafaella Melgarejo, Valeria Mercado, Susana Ramírez, Andrea Rosado, Pilar Salazar.

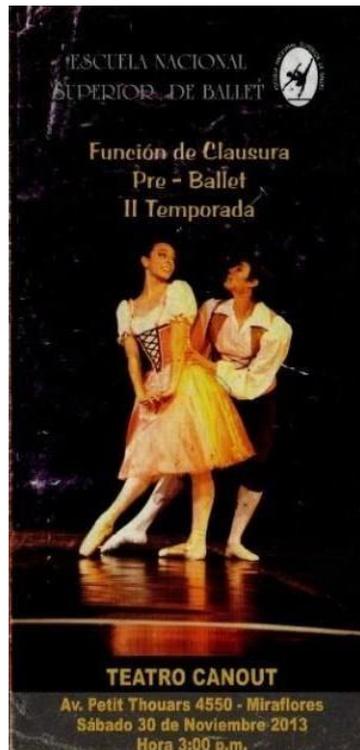
- Coreografía *Polka del pajarito* para la Función de Clausura del pre ballet I semestre de la ENSB, presentado por las alumnas de 5 a 7 años (2014).

05.- POLKA DEL PAJARITO

Música : Strauss
Coreografía : Prof. Ada Kuniyoshi
Participan : Alumnas de 5 a 7 Años:

Adriana Carrillo, Romina Corona, Mar Flores, Rafaella Garro, Gabriela Hurtado, Aitana López, Kiara Mariños, Danile Miranda, Iran Mijangos, Valeria Mollendo, Kasiel Pacheco, Cristina Phocco, Valeria Phocco, Sol Ma. Puntriano, Sofía Rojas, Ma. Fernanda Saenz, Camila Sevilla, Andrea Talaverano.

- Coreografía *Flash Dance* para la Función de Clausura del pre ballet II semestre de la ENSB, presentado por las alumnas de 9 a 12 años (2013).



10.- FLASH DANCE
 Coreografía : Prof. Ada Kuniyoshi
 Participan : Alumnas de 9 a 12 Años:
 Valeria Arriola,
 Nicole Briceño,
 Daniela Caballón,
 Aymara Costa,
 Grecia Curi,
 Andrea Duarte,
 Angela Figueroa,
 Brenda Flores Morales,
 Celeste Flores Sigueñas,
 Micaela García,
 Isabella Gleiser,
 Leslie La Torre,
 Nicole León,
 Paige Pham,
 Dalia Palomino,
 Camila Renier, Lea Zapata.

- Coreografía *Camino a la Fama* para la Función de Clausura del pre ballet II semestre de la ENSB, presentado por las alumnas de 5 a 7 años (2013)

04.- CAMINO A LA FAMA
 Coreografía : Prof. Ada Kuniyoshi
 Participan : Alumnas de 5 a 7 Años:
 Elizabeth Alzamora, Micaela Aquino,
 Daniela Barrantes, Alessandra Buchelli,
 Carmina Calderón, Tirsá Gálvez,
 Ma. Fernanda Jacone, Zaleth Lino,
 Mayra Moscoso, Camila Muñoz Martínez,
 Paula Muñoz Ortiz, Lucía Nolazco,
 Geraldine Reyes, Leandro Salomón,
 Mariana Soriano, Brianna Rossell.

- Coreografía *Polka Champagne* para la Función de Clausura del pre ballet I semestre de la ENSB, presentado por las alumnas de 5 a 7 años (2013).

Escuela Nacional Superior de Ballet

FUNCIÓN CLAUSURA DE PRE-BALLET

Teatro Canout

06 DE JULIO DEL 2013
11:00 a.m.d

05.- POLKA CHAMPAGNE
 Coreografía : Prof. Ada Kuniyoshi
 Música : Strauss
 Participan : Alumnas de 5 a 7 Años:
 Cinthia Almenara, Rafaela Caballón, Andrea Cubas, Daniela Flores, Mía Irazabal, Alejandra León, Gabriela Mori, Mayra Moscoso, Camila Muñoz, Flavia Neyra, Paula Puertas, Lupita Rossell, Luciana Trigoso, Valeria Vargas.

- Coreografía *Mazurka* para la Función de Clausura del pre ballet II semestre de la ENSB, denominada “Recordando los grandes ballets” presentado por las alumnas de 7 a 9 años (2012).

FUNCIÓN CLAUSURA PRE-BALLET TEMPORADA 2012

RECORDANDO LOS GRANDES BALLETS

AUDITORIO LOS INCAS MUSEO DE LA NACIÓN

Viernes 30 de Noviembre

08.-MAZURCA – del Ballet Coppelia
 Música :
 Coreografía : Prof. Ada Kuniyoshi
 Participan : Alumnas de 7 a 9 Años:
 Valeria Adde, Kristhell Anyosa, Luciana Barreto, Nicole Borda, María Bustamante, Sophia Cabrera, Angie Chávez, Ximena Chávez, Adriana Gamboa, Avril García, Micaela García, Jilary Huerta, Andrea Livia, Jemima Martini, Fátima Moriano, Jacqueline Namuche.

- Coreografía *Solo percusiones* para la Función de Clausura del pre ballet I semestre de la ENSB, presentado por las alumnas de 9 a 12 años (2012).



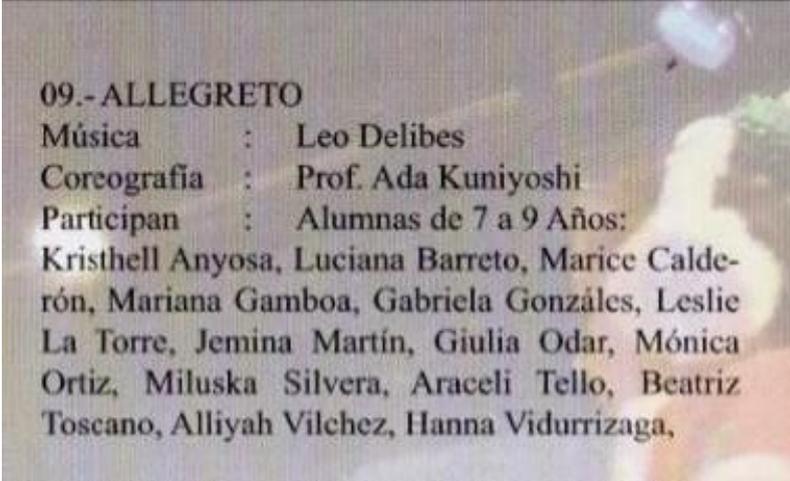
14.- SOLO PERCUSIONES

Música : Popular

Coreografía : Prof. Ada Kuniyoshi

Participan : Alumnas de 9 a 12 Años:
 Evelyn Acero, Valeria Arriola, Luana Brazzán,
 Ariana Carlevarino, Nicole Cruz, Alfredo Ccopa,
 Dayana Fleming, Andrea Fuentes, Andrea Jara,
 Jessica Lázaro, Martha Ordoñez, Kiara Paliza,
 Samira Quevedo, María Jimena Rosell, Grecia Zegarra.

- Coreografía *Allegreto* para la Función de Clausura del pre ballet I semestre de la ENSB, presentado por las alumnas de 7 a 9 años (2012).
- Coreografía *101 dálmatas* para la Función de Clausura del pre ballet II semestre de la ENSB, presentado por las alumnas de 9 a 12 años (2011).



09.- ALLEGRETO

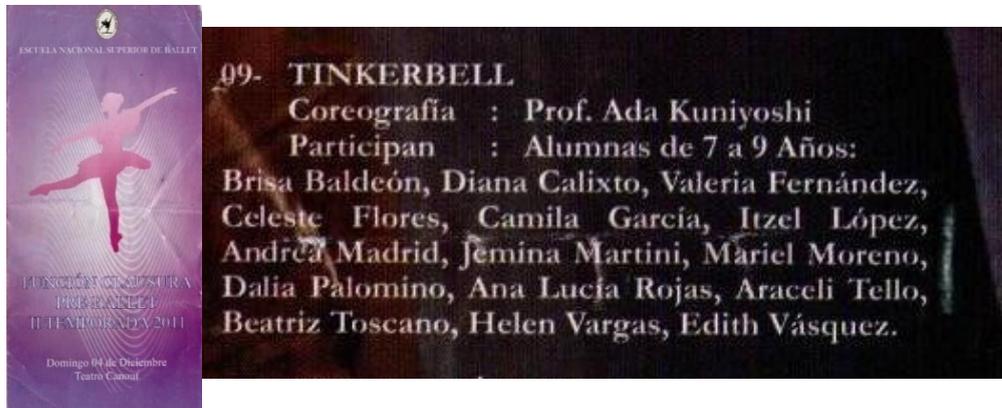
Música : Leo Delibes

Coreografía : Prof. Ada Kuniyoshi

Participan : Alumnas de 7 a 9 Años:
 Kristhell Anyosa, Luciana Barreto, Marice Calderón,
 Mariana Gamboa, Gabriela Gonzáles, Leslie La Torre,
 Jemina Martín, Giulia Odar, Mónica Ortiz, Miluska Silvera,
 Araceli Tello, Beatriz Toscano, Alliyah Vilchez, Hanna Vidurizaga,

án,
 nila
 Chavez, Tania Flores, Jessica Lázaro, Karen
 Lozano, Aynoa de los Milagros Medrano, Ana Sofía Muy,
 Fernanda Piñares, Romina Reyes, Catherine Sandoval,
 Krallya Vásquez.

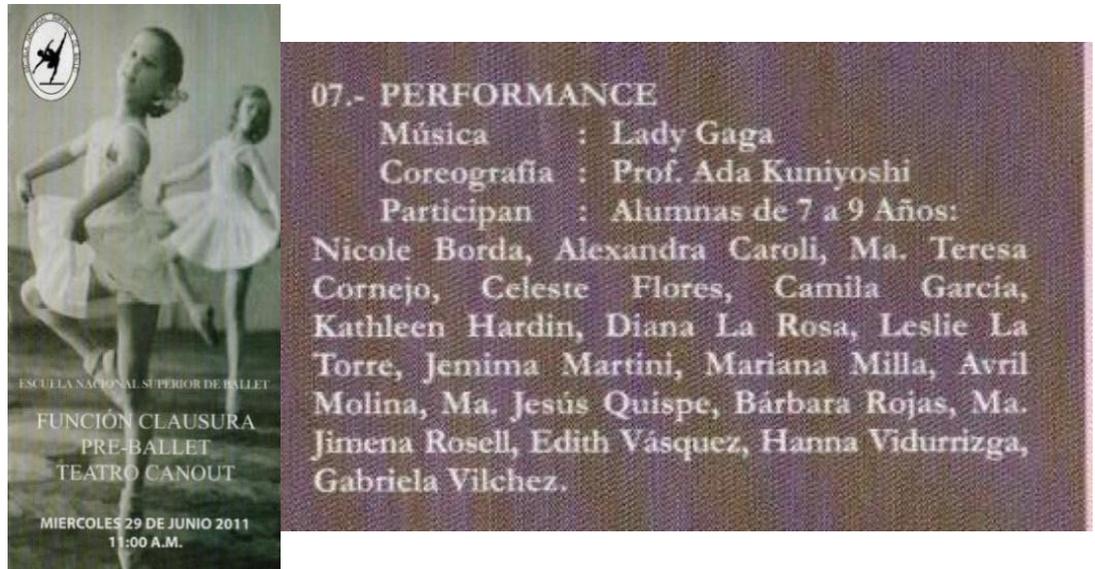
- Coreografía *Tinkerbell*, para la Función de Clausura del pre ballet II semestre de la ENSB, presentado por las alumnas de 7 a 9 años (2011).



- Coreografía *Bolero* para la Función de Clausura del pre ballet I semestre de la ENSB, presentado por las alumnas de 9 a 12 años (2011).



- Coreografía *Performance* para la Función de Clausura del pre ballet I semestre de la ENSB, presentado por las alumnas de 7 a 9 años (2011).



- Coreografía *Homenaje a Strauss*, para el Cierre de Talleres del Colegio Mater Christi, participan las alumnas Inicial, primer y segundo grado de primaria (2011).



- Coreografía *Vals de Ensueño*, para la Actuación de Aniversario del Colegio Mater Christi, participan las alumnas segundo grado de primaria (2011).



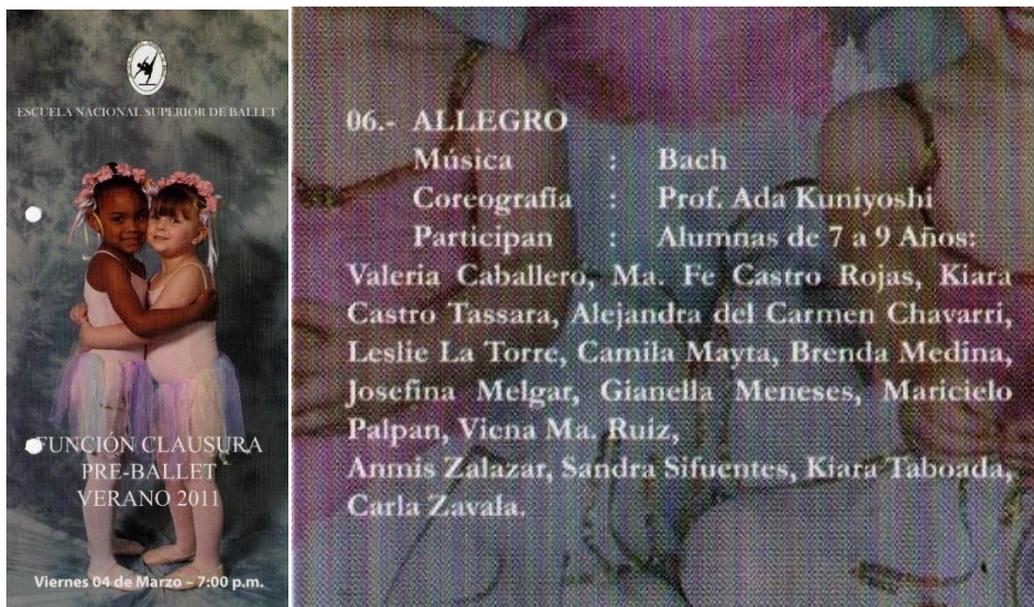
- Coreografía *Polka*, para la Actuación del día de la Madre del Colegio Mater Christi, participan las alumnas primer grado de primaria (2011).



- Coreografía *Concierto para trompetas* para la Función de Clausura del pre ballet ciclo de verano de la ENSB presentado por las alumnas de 9 a 12 años (2011).



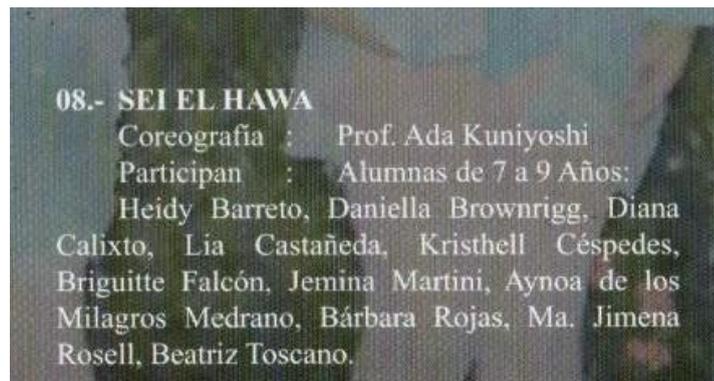
- Coreografía *Allegro* para la Función de Clausura del pre ballet ciclo de verano de la ENSB presentado por las alumnas de 7 a 9 años (2011).



- Coreografía *Ice Queen* para la Función de Clausura del pre ballet II semestre de la ENSB, presentado por las alumnas de 9 a 12 años (2010).



- Coreografía *Sei el hawa* para la Función de Clausura de pre ballet II semestre de la ENSB, presentado por las alumnas de 7 a 9 años (2010)



- Coreografía *Sing, sing, sing* para la Función de Clausura de pre ballet I semestre de la ENSB, presentado por las alumnas de 9 a 12 años (2010).

PERÚ Ministerio de Educación

ESCUELA NACIONAL SUPERIOR DE BALLET

**Función de Clausura
Pre - Ballet
I Temporada - 2010**



Día: Viernes 25 de Junio del 2010
Hora: 7:00 p.m.
Lugar:
Auditorio de la Asamblea Nacional de Rectores
Calle Aldabas N° 337 Urb. Las Gardenias
Santiago de Surco

19.- SING, SING, SING
Música : Big Band Benny Wodman Band
Coreografía : Prof. Ada Kuniyoshi
Participan : Alumnas de 9 a 12 Años:
María Alexandra Alvarado, Natalia Álvarez, Ariane Carbone, María Virginia Castilla, Eilen Delgado, Xiomara de la Cruz, Mariana Floríndez, María Teresa Lorena, Ariana Mateluna, María Alejandra Mendoza, Ana Sofía Moy, Fiorella Silvera, Ana Flavia Urbano, Aymlí Valladares, María Del Martín Vera Tudela, Camila Verástegui, Thalía Villavicencio.

Ficha Técnica
DIRECTORA
Gina Natteri Mármol
COORDINADORA ACADÉMICA DE CURSOS DE EXTENSIÓN
Isabel Chávez Esparta
ADMINISTRADOR
Allen Cotrina
PERSONAL ADMINISTRATIVO
Lourdes Cornejo - María Eugenia Olivo
Liz Delgado - Rosario Rivera
PERSONAL TÉCNICO
Eloy Muñoz - Marco Antonio Díaz
Marco Antonio Silva
VESTUARISTA
Gloria Checa
LUMINOTÉCNICO
Gary Galarcep

ESCUELA NACIONAL SUPERIOR DE BALLET
Calle Spencer Mz. "O" Lote "2" Urb. La Calera de la Merced - Surquillo
Telf.: 449-3488 E-mail: ensb@speedy.com.pe / ensb@tema.com
www.ensb.edu.pe

- Coreografía *Allegro* para la Función de Clausura de pre ballet I semestre de la ENSB, presentado por las alumnas de 7 a 9 años (2010).

09.- ALLEGRO
Música : Bach
Coreografía : Prof. Ada Kuniyoshi
Participan : Alumnas de 7 a 9 Años:
Alexandra Arana - Reyes, María Rocío Balbuena, Lía Adriana Castañeda, Micaela Barreda, Adriana Loja, Daniela Brownrigg, Valeska Caballero, Aynoa de los Milagros Medrano, Daniela Carrasco, Fátima Pérez, Kristhell Céspedes, Jesica La Rosa, Fernando Piñares, Ángela Rodríguez, Bárbara Rojas, Sandra Sifuentes.

- Coreografía *Danza Húngara* para la Función de Clausura de pre ballet ciclo verano de la ENSB, presentado por las alumnas de 9 a 12 años (2010).



Función de Clausura
Pre - Ballet
Verano 2010



Día: Viernes 05 de Marzo del 2010
Hora: 7:00 p.m.
Lugar: Auditorio "Los Inkas"
Museo de la Nación

11.- DANZA FLUNGARO

Música : Johanes Brahms
Coreografía: Prof. Ada Kuniyoshi
Participan : Alumnas 9 a 12 Años

María Alexandra Alvarado, Natalia Alvarez, Samantha Aznaran, Fátima Cárdenas, Camila Flores, María Teresa Lorena, María Fernanda Montoya, Ana Sofía Moy, Ximena Ramos, Paula Recoba, Ariana Rodríguez, Olinda Rojas, Ariana Ruiz, Ana Flavia Urbano, Camila Urbina.

- Coreografía *Marcha Radetzki* para la Función de Clausura de pre ballet ciclo verano de la ENSB, presentado por las alumnas de 7 a 9 años (2010).

09.- MARCHA RODETZKI

Música : Johan Straus
Coreografía: Prof. Ada Kuniyoshi
Participan : Alumnas 7 a 9 Años

Nayeli Aguilar, Daniella Brownrigg, Edith Cary, Mariana Cárdenas, Alessia Eugenio, Cristal Gloria, Micaela Gonzáles, Macarena Gonzáles, Andrea Paula Herrera, Andrea Morales, Luciana Monzante, Stefanny Segundo, Daira Rodríguez, Helen Ulloa, Sandra Sifuentes, María Fernanda Tudela, María Alejandra Valdez.

- Coreografía *Bruitas* para la Función de Clausura del pre ballet II semestre de la ENSB, denominada “Blanca nieves y los 7 enanos” presentado por las alumnas de 9 a 12 años (2009).

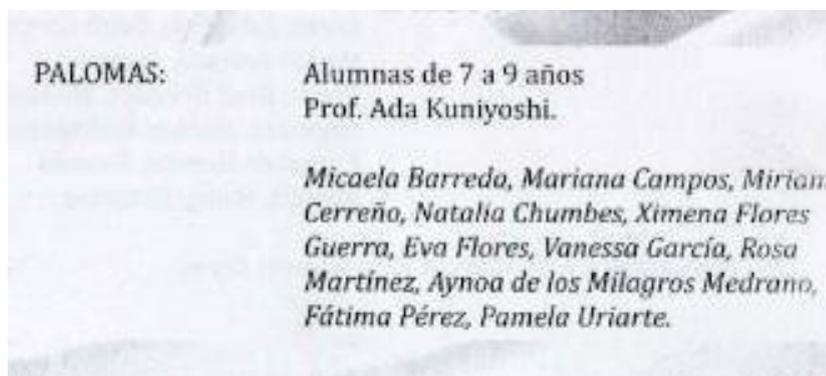


BRUJITAS:

Alumnas de 9 a 12 años
Prof. Ada Kuniyoshi.

Jessica Alvarez, Q'antu Arteaga, Samantha Aznarán, Dana Benites, Alejandra Bustamante, Ariane Carbone, Xiomara de la Cruz, Nadia Fatule, Melanie Hirashiki, Samadhi López, Ma. Teresa Lorena, Ma. Alejandra Mendoza, Aldana Moya, Paula Recoba, Renata Revelo, Adriana Ruelas, Mariam Valdivia, Camila Verástegui, Thalía Villavicencio.

- Coreografía *Palomas* para la Función de Clausura del pre ballet II semestre de la ENSB, denominada “Blanca nieves y los 7 enanos” presentado por las alumnas de 9 a 12 años (2009).



- Coreografía *Eigth minutes* para la Función de Clausura de pre ballet I semestre de la ENSB, presentado por las alumnas de 9 a 12 años (2009).

MINISTERIO DE EDUCACIÓN

ENS B

Función de Clausura
Pre - Ballet
I Semestre 2009

Día: Sábado 27 de Junio del 2009
Hora: 7:00 p.m.
Lugar: Museo de la Nación

10.- BANDITROISE EN LA SELVA
Música : Sound del Libro de la Selva
Coreografía : Prof. Nazareth García
Participan : Alumnas de 7 a 9 Años:
Gabriela Atencio, María Alejandra Fong, Valeria Mejía.

11.- ONLY HOPE
Música : Mandy Moore
Coreografía : Prof. Cristina Vera
Participan : Alumnas de 9 a 12 Años
Lucía Egúsquiza, María Ángel Martínez, Grecia Zorrilla.

12.- EIGHT MINUTES
Música : Justin Timberlake
Coreografía : Prof. Ada Kuniyoshi
Participan : Alumnas de 9 a 12 Años:
Samantha Aznarán, Caroline Barrientos, Maythe Benavides, Ariane Carbone, Valeria Gratielli, Mía Leonarda León, María Teresa Lorena, Samadhi López, Ariesna Ormeño, Lucero Torres, Thalía Villavicencio.

Gina Natteri Marmor agradece su gentil asistencia

- Coreografía *Armonía de otoño* para la Función de Clausura de pre ballet I semestre de la ENSB, presentado por las alumnas de 7 a 9 años (2009).

06.- ARMONIA DE OTOÑO

Música : Leo Delibes
Coreografía : Prof. Ada Kuniyoshi
Participan : Alumnas de 7 a 9 Años:

Sandra Aparicio, Lucía Castillo, Miriam Cerreño, Viviana de Rivero, Eva Flores, Ana Fuentes, Valeria Lanegra, Mercedes Nina, Aynoa Medrano, Ivette Montenegro, María Farah Morón, Romina Reyes, María Roldán, Ariana Ruiz, Marina Yepes, Camila Zevallos.

- Coreografía *Polka champagne* para la Función de Clausura de pre ballet ciclo verano de la ENSB, presentado por las alumnas de 7 a 9 años (2009).

07.- POLKA CHAMPAGNE
Música :Strauss
Coreografía :Prof. Ada Kuniyoshi
Participan :Alumnas de 7 a 9 Años:
 Valeria Altuna, Mariana Campos, Edith Cary, María Díaz, Aranza Gautier, Betzy Medrano, Valeria Miraval, Mercedes Nina, Katherine Paredes, Luhana Recarte, Romina Reyes, Ma. Jessica Roldán, Alessia Suazo, Carla Túpac Yupanqui, Ma. Alejandra Valdez, Ma. Fernanda Yopez.

- Coreografía *Rgdance* para la Función de Clausura de pre ballet ciclo verano de la ENSB, presentado por las alumnas de 9 a 12 años (2009).

DIRECTORA



GINA NATTERI



ADA KUNIYOSHI



SANDRA MELÉNDEZ



ROSA MÚRELLO



CARLA PLAZA

COORDINADORA



YSABEL CHÁVEZ



NAZARETH GARCÍA

RESEÑA ENSB 1967 - 2007

La Escuela Nacional Superior de Ballet (ENSB) dirigida actualmente por la señora Gina Natteri Mammol, fue fundada en el año 1967 con el nombre de Instituto Nacional de Ballet, teniendo como principal gestora y directora a la bailarina coreógrafa Kaye Mc Kinnon, a la cual el Ministerio de Educación le otorga posteriormente la facultad de formar profesionalmente a bailarines, coreógrafos y profesores de danza clásica.

En 1972, toma el nombre de Escuela Nacional de Ballet y pasa a formar parte de una de las importantes dependencias del Instituto Nacional de Cultura.

Al transcurrir el tiempo, esta institución ha contado con el aporte de distinguidos maestros nacionales e internacionales, en sus niveles de **Formación Artística Temprana (FAT)** y **Formación Artística Superior (FAS)** egresando de la Escuela numerosos maestros y artistas que en la actualidad integran diversos elencos de gran prestigio internacional.

Debido al entusiasmo y empeño de sus diferentes directores, al profesionalismo de su cuerpo docente, y a la disciplina y dedicación de sus alumnos, es que la Escuela Nacional Superior de Ballet está lista para asumir los grandes retos coreográficos del repertorio clásico y contemporáneo.

Hoy en día esta Escuela, depende directamente del Ministerio de Educación y tiene el enorme reto de alcanzar el nivel de Institución Superior necesaria para brindar una Educación Artística adecuada en estos tiempos de modernidad y globalización.

¡INFORMES!
 Calle Spencer Mz "O" Lote "2" Urb. Calera de la Merced - Surquillo alt. cuadra 39 Av. Aviación
Atención: De 9:00 am - 5:00 pm
Telefax: 449-3488 / www.ensb.edu.pe
ensb@speedy.com.pe / ensb@terra.com

En Educación **EL PERÚ AVANZA**




Escuela Nacional Superior de Ballet

Función de Clausura PRE-BALLET Verano 2009



Viernes 06 Marzo 7:00 P.M.

AUDITORIO LOS INKAS MUSEO DE LA NACIÓN

www.ensb.edu.pe
 Calle Spencer Mz. "O" Lte. "2"
 Urb. La Calera de la Merced - Surquillo
 (Alt. Cdra. 39 de la Av. Aviación)
ensb@speedy.com.pe / ensb@terra.com

09.- RGDANCE
Música :Daddy Yankee
Coreografía :Prof. Ada Kuniyoshi
Participan :Alumnas de 9 a 12 Años:
 Silvana Abis, Alondra Agreda, Samantha Aznarán, Marcela Ballena, Stephanie Chiquiquil, Elena Esqueru, Shanny Gómez, Carmen Linean, Ma. Teresa Lorena, Ma. Gracia Martínez, Ariana Ormaño, Brenda Ortiz, Coral Paredes, Ariana Rodríguez, Itala Semorín, Thalia Villavicencio.

OBJETIVOS ACTUALES

- 1.- Formación de Artistas y Docentes en Danza.
- 2.- Formación Integral de Primera Calidad.
- 3.- Motivación para la Creación y Talento Artístico.
- 4.- Difusión de la Danza.
- 5.- Capacitación del artista y docentes en Danza.
- 6.- Promoción de la Danza como Carrera Artística Profesional.
- 7.- Contribución a través del Arte y artistas en el Desarrollo y Progreso de la Sociedad.

MISIÓN

La Escuela Nacional Superior de Ballet es una Institución de Educación Superior dedicada a la Formación de Artistas Profesionales en Danza Clásica, en Docencia, Investigación, proyección Social y Formación relacionada a la danza.

VISIÓN

La Escuela Nacional Superior de Ballet debe ser una Institución de reconocimiento prestigio nacional e internacional en la formación de artistas profesionales de Danza, con excelencia académica y proyección humanística hacia la comunidad.

- Coreografía *Allegro in blue* para la Función de Clausura de pre ballet II semestre de la ENSB, presentado por las alumnas de 9 a 12 años (2008).

| | | | |
|---|--|--|---|
| <p>DOCENTES ENB</p> <p>Gina Natteri DIRECTORA</p> <p>Isabel Chávez COORDINADORA</p> <p>PRE-BALLET</p> <p>Nazareth García</p> <p>Ada Kuniyoshi</p> <p>Sandra Melendez</p> <p>Carla Plaza</p> <p>Rosa Murillo</p> | <p>Personal Docente y Administrativo ENSB</p> <p>DIRECTORA Gina Natteri Marmol</p> <p>SUB DIRECTOR Manuel Stagnaro</p> <p>COORDINADORA FAS Ileana Mariategui</p> <p>COORDINADORA FAT Rosario Reyes</p> <p>COORDINADORA PRE BALLET Isabel Chávez Esparta</p> <p>ADMINISTRADOR Allen Cotrina</p> <p>SECRETARÍA ACADÉMICA Lourdes Cornejo - Ma. Eugenia Olivo</p> <p>PERSONAL ADMINISTRATIVO Liz Delgado</p> <p>PERSONAL TÉCNICO Eloy Muñoz - Marco Antonio Diaz Marco Antonio Silva</p> <p>VESTUARISTA: Gloria Checa</p> <p>Cursos 2009</p> <p>Inscripciones: 15 de Diciembre 2008. Pre Ballet: de 5 a 12 años. Ballet y Danza Moderna: jóvenes y adultos.</p> <p>INICIO DE CLASES 5 Enero 2009</p> <p>ESCUELA NACIONAL SUPERIOR DE BALLET Calle Spencer Mz. "O" Lote "2" Urb. La Cañera de la Merced - Surquillo Telf.: 445-3488 E-mail: ensb@ensb.edu.pe / ensb@terra.com www.ensb.edu.pe</p> | <p>MINISTERIO DE EDUCACIÓN</p> <p>ESCUELA NACIONAL SUPERIOR DE BALLET</p> <p>FUNCIÓN DE CLAUSURA PRE-BALLET II SEMESTRE 2008</p>  <p>Día: Jueves 04 de Diciembre del 2008</p> <p>Hora: 7:00 p.m.</p> <p>Lugar: Teatro Canout</p> | <p>11.- DANZAE PRIMAVERA</p> <p>Música : Zanzfir Coreografía : Prof. Ysabel Chávez Participan : Alumnas de 7 a 9 Años: Nicole Sierra, Lucía Castillo, Paola Cuyubamba, Vanessa de la Cruz, Yrina Mia Encinas, Gina León, Carmen Thais, Marian Valdivia.</p> <p>12.- POLKA</p> <p>Música : Josef Bayer Coreografía : Prof. Liz Cor Participan : Alumnas del Curso de Preparación: Oskette Abregú, Scarlet Arias, Rosemary Awapara, Dayana Carrillo, Yulanda Castillo, Diana Carvajal, Ma. Claudia Cepedés, Hiram Cisneros, Valeria Diviela, Karina Egochea, Ma. Alejandra Galarza, Nikole Jovine, Celeste Mori, Mey Long, Oclava, Samira Robinson, Ma. Isabel Perovic, Sandra Unzué, Yviana Unzué, Miluska Vásquez, Giuseppe Mohamed - Ali, Paolo Rodriguez.</p> <p>13.- DANZAE RUSAS</p> <p>Música : Tchaikovsky Coreografía : Prof. Nazareth García Participan : Alumnas de 7 a 12 Años: Yviana Sami Artega, Bárbara Barbat, Andrea Bracamonte, Jackeline Cisneros, Camila Corzo, Gabriela Egochea, Francisca Marcos, Ma. Gracia Martínez, Luciana Rodríguez, Judith Sánchez, Anacely Vergara.</p> <p>14.- ALLEGRO IN BLUE</p> <p>Música : Collage Moderno Coreografía : Prof. Ada Kuniyoshi Participan : Alumnas de 9 a 12 Años: Diana Becerra, Alejandra Brea, Alejandra Calvo, Ariane Carbone, Valeria Cebrecos, Ayma Nicol De La Torre, Bianca Delgado, Diana Delgado, Nadia Fátima, Nicol Fariña, Mel Hirasaki, Ma. Teresa Lorna, Diana Llano, Andrea Meadiva, Yamirre Paredes, Camila Valdivia, Ma. Paz Villanes, Otenka Villavicencio.</p> <p>15.- FLOR DE LA CANELA</p> <p>Música : Valse Orquestado Coreografía : Prof. Ysabel Chávez Participan : Alumnas de 9 a 12 Años: Ma. Eugenia Bascuro, Barret Cardenas, Allison Earl, Eleana Figueroa, Fátima González, Valentin Hidalgo, Olaya Mosler, Aiza Montalva, Irma Neiza, Desiree Núñez Del Prado, Nuria Rodríguez, Alejandra Soto, Shirley Takagi, Alejandra Vargas G, Gioconda Vargas R.</p> |
|---|--|--|---|

- Coreografía *Galops* para la Función de Clausura de pre ballet II semestre de la ENSB, presentado por las alumnas de 7 a 9 años (2008).

10.- GALOPS

Música : Strauss
Coreografía : Prof. Ada Kuniyoshi
Participan : Alumnas de 7 a 9 Años:
Andrea Astete, Samantha Aznarán, Camila Candia, Melissa Cauchi, Claudia Condori, Natalia Chumbes, Kasumi Chumpitaz, Ximara de la Cruz, Eva Flores, Alanis Francia, Graciela Inga, Mercedes Nina, Ximena Portal, Alessandra Rondán, Ariana Ruiz, Army Valladares, Belén Vásquez, Thalía Villavicencio.

- Coreografía *Allegro* para la Función de Clausura de pre ballet I semestre de la ENSB, presentado por las alumnas de 9 a 12 años (2008).

| | | |
|--|--|--|
| <p>DOCENTES ENSB</p> <p>DIRECTORA Gina Nattieri</p> <p>COORDINADORA Isabel Chávez</p> <p>PRE BALLE</p> <p>Nazareth Garcia</p> <p>Ada Kuniyoshi</p> <p>Sandra Meléndez</p> <p>Rosa Murillo</p> <p>Carla Plaza</p> | <p>PERSONAL</p> <p>DOCENTE Y ADMINISTRATIVO Escuela Nacional Superior de Ballet</p> <p>DIRECTORA Gina Nattieri Marmol</p> <p>SUB DIRECTOR Manuel Siagano</p> <p>COORDINADORA FAS Ileana Mariategui</p> <p>COORDINADORA FAT Rosario Reyes</p> <p>COORDINADORA PRE BALLE Isabel Chávez Esparta</p> <p>ADMINISTRADOR Allen Cotrina</p> <p>SECRETARIA ACADÉMICA Lourdes Comejo - Ma. Eugenia Olivo</p> <p>PERSONAL ADMINISTRATIVO Hipatia Flores - Liz Delgado</p> <p>PERSONAL TÉCNICO Eloy Muñoz - Marco Antonio Diaz Marco Antonio Silva</p> <p>* VESTUARISTA: Gloria Checa</p> <p>CURSOS 2008</p> <p>Pre Ballet de 5 a 12 años Ballet y Danza Moderna: jóvenes y adultos Clases de preparación para postulantes 2009</p> <p>INICIO PRE BALLE: 08 setiembre 2008 INICIO FAT Y FAS: agosto 2008</p> <p>Calle Spencer Mz.O. Lote 2 - Urb. La Calera de la Merced - Surquillo (39 Aviación) Telefax: 449-3488 e-mail: ensb@terra.com - ensb@speedy.com.pe www.ensb.edu.pe</p> | <p>MINISTERIO DE EDUCACION</p> <p>ESCUELA NACIONAL SUPERIOR DE BALLE presenta</p> <p>FUNCION DE CLAUSURA PRE BALLE 2008 - I</p>  <p>DIRECCION GENERAL GINA NATTIERI</p>  <p>AUDITORIO PARQUE DE LA AMISTAD SURCO</p> <p>VIERNES 04 JULIO - 6.00 P.M.</p> |
|--|--|--|

10. ALLEGRO

Música : Johan B. Bach
Coreografía : Prof. Ada Kuniyoshi
Participan : Alumnas de 9 a 12 Años

Alexandra Brui, Monserrat Casas, Valeria Dávalos, Alanis Francia, Fernanda Hichalco, Melanie Hirushiki, Mia León, Ma. Teresa Lorena, Claudia Lucena, Brenda Ortiz, Milagros Valverde, Olenka Villavicencio, Diana Yanos,

- Coreografía *Concierto para trompetas* para la Función de Clausura de pre ballet I semestre de la ENSB, presentado por las alumnas de 7 a 9 años (2008).

09. CONCIERTO PARA TROMPETAS

Música : Haydn
Coreografía : Prof. Ada Kuniyoshi
Participan : Alumnas de 7 a 9 Años

Ana Karen Aramburu, Micaela Bacacorzo, Edith Cury, Nicole Cechillo, Claudia Condori, Eva Flores, Aynca Medrano, Valeria Palomino, Milagros Ramirez, Alessandra Rondan, Ariana Ruiz, Ayni Valladares, Belén Vásquez, Ma. Isabó Zanabria.

- Coreografía *Relojes* para la Función de Clausura del pre ballet II semestre de la ENSB, denominada “La Bella y la Bestia” presentado por las alumnas de 9 a 12 años (2007)

CURSOS ENSB 2008
Verano
Pre Ballet de 3 a 12 años
Danza Moderna: Jóvenes y Adultos
CALLE SPENCER MZ. "D" ETG. 2 URB. LA CALERA DE LA MERCED
SORQUILLO (ALT. CDRA. 39 AV. AVIACION
TELEFAX: 449-3488 www.ensb.edu.pe

MINISTERIO DE EDUCACION
ESCUELA NACIONAL SUPERIOR DE BALLET
FUNCIÓN CLAUSURA
PRE - BALLET
II SEMESTRE 2007
Sábado 01 de Diciembre 2007
Hora: 7.00 p.m.

LUGAR:
Auditorio
"Los Incas del Museo de la Nación"
Av. Javier Prado Este N° 2465 - San Borja

03- Relojes Prof. Ada Kuniyoshi, Alumnas de 9 a 12 Años :
Laura Ma. Aguinaga,
Alexandra Brun, Grecia Cabrera, Liliana
Del Aguila, Ximena Delgadillo,
Alessandra Fernandez, Melanie Hirashiki,
Vânia Ormeño, Lesly Ramirez, Jazmin
Rocha, Fernanda Saavedra, Lucía Sánchez
P, Katherine Sánchez Z, Grace Torres,
Olenka Villavicencio, Jazmin Zanella,
Nataly Zegarra.

- Coreografía *Cucharas y tenedores* para la Función de Clausura del pre ballet II semestre de la ENSB, denominada “La Bella y la Bestia” presentado por las alumnas de 7 a 9 años (2007).

07- Cucharas y Tenedores
(Cubiertos) Prof. Ada Kuniyoshi, Alumnas de 7 a 9 Años:
Ivana Alvarez, Dana Benites, Nicolle Brousset,
Ariana Cabrera, Nicole Cedillo, Ma. Claudia Céspedes,
Joana Diaz, Eva Flores, Mari Carmen Lévano,
Celeste Mori, Valeria Palomino, Ma. Isabel Perkovic,
Luciana Rodriguez, Adriana Ruelas, Milagros Valverde, Ángela
Villavicencio, María Zanábria, Katherine Sánchez.

- Coreografía *Solo Strauss* para la Función de Clausura de pre ballet I semestre de la ENSB, presentado por las alumnas de 7 a 9 y 9 a 12 años (2007).



Escuela Nacional Superior de Ballet



**FUNCIÓN DE CLAUSURA
I SEMESTRE 2007**



Sábado 30 de Junio

Calle Spencer Mz. "O" Lte. "2"
Urb. La Calera de la Merced - Surquillo
(Alt. Cdra. 39 de la Av. Aviación)

ESCUELA NACIONAL SUPERIOR DE BALLE

DIRECTORA



Gina Natteri

PERSONAL DOCENTE





Carla Plaza Nazareth Garcia Ada Kuniyoshi




Rosa Murillo Sandra Meléndez

COORDINADORA



Isabel Chávez

22. COPPELIA Variación del III Acto
Música : Delibes
Coreografía : Artur Saint-León, reposición de Prof. Patricia Cano
Participa : Alejandra Morón , alumna de 4to. Año FAT

23. Variación del Ballet "El Hada de las Muñecas"
Música : Joseph Bays
Coreografía : N. Legani, reposición sobre el original, Prof. Ileana Mariátegui.
Participa : Marilyn Fernández, alumna de 6to. Año FAT.

24. HADA DE LA VID DORADA Variación del Ballet de la Bella Durmiente
Música : Tchaikovsky
Coreografía : Petipa, revisión de Prof. Rosario Beingolea.
Participa : Pamela Hernández, alumna de 6to. Año FAT.

25. PAS DE PAISANS
Música : Adam
Coreografía : Perrot - Corali, reposición de la Prof. Rosario Beingolea.
Participa : Edgar Delgado, alumno de 6to. Año FAT.

26. SOLO STRAUSS
Música : Strauss
Coreografía : Prof. Ada Kuniyoshi
Participan : Alumnas de PreBallet de 7 a 9 Años
Dana Benites, Nicole Brousset, Lyara Cerna, Eva Flores, Sandra Kcomt, Benny Martínez, Sofia Mount, Celeste Mori, Valeria Palomino, Luciana Rodríguez, Susana Sánchez P. Katherine Sánchez Z. Diana Silva, Milagros Vaiverde, Ma. Isabél Zanabria.
Alumnas de 9 a 12 Años
Laura Ma. Aquinaga, Danna Balvín, Romina Cornejo, Alessandra Fernández, Katherine Hinostraza, Ana Rocha, Blanca Rodríguez, Fernanda Saavedra, Lucía Salas, Lucía Sánchez, Nicole Vásquez, Olenka Villavicencio, Nathaly Zegarra.

27. ENSOÑACIÓN
Música : Strauss
Coreografía : Prof. Isabel Chávez
Participan : Alumnas de PreBallet de 7 a 12 Años
Genovieve Adrianzén, Rosmary Awaupara, Andrea Calderón de la Barca, Gabriela Chávez, Patricia Chávez, Francesca Dagnino, Allison Earl, Ana Paula Fernández, Ma. Teresa Lorena, Samihá Palacios, Isabel Rodríguez, Adriane Sinche, Nadine Tejada, Lei Yli Villanés.

- Coreografía *Entre el rayo y el trueno* para la Función de Clausura de pre ballet ciclo de verano de la ENSB, presentado por las alumnas de 7 a 9 años (2007).

| | | |
|---|--|--|
| <p>ESCUELA NACIONAL SUPERIOR DE BALLET</p> <p>DIRECTORA</p>  <p>Gina Natteri</p> <p>PERSONAL DOCENTE</p>  <p>Grace Cobián</p>  <p>Nazareth Garcia</p>  <p>Ada Kuniyoshi</p>  <p>Rosa Murillo</p>  <p>Sandra Meléndez</p> <p>COORDINADORA</p>  <p>Isabel Chávez</p> | <p>PERSONAL DOCENTE Y ADMINISTRATIVO Escuela Nacional Superior de Ballet</p> <p>DIRECTORA Gina Natteri Marmol</p> <p>SUB DIRECTOR Manuel Stagnaro</p> <p>COORDINADORA FAS Ileana Mariategui</p> <p>COORDINADORA FAT Rosario Reyes</p> <p>COORDINADORA PRE BALLET Isabel Chávez Esparta</p> <p>ADMINISTRADOR Allen Cotrina</p> <p>SECRETARÍA ACADÉMICA Lourdes Cornejo - Maria Eugenia Olivo</p> <p>PERSONAL ADMINISTRATIVO Lourdes Cornejo - Maria Eugenia Olivo</p> <p>PERSONAL TÉCNICO Eloy Muñoz - Marco Antonio Diaz Marco Antonio Silva</p> <p>* VESTUARISTA: Gloria Checa</p> <p>CURSOS LNSB 2007</p> <p>Pre Ballet de 3 a 12 años Ballet jóvenes y adultos Danza Moderna y Tap - jóvenes y Adultos - Mini Tap Clases de preparación: Postulantes 2008</p> <p>INICIO PRE BALLET: 01 Abril 2007 INICIO FAT Y FAS: 26 Marzo 2007</p> <p>Calle Spencer Mz. O Lta. 2 Urb. La Calera de la Merced - Surquillo (Alt. Cdra. 39 Av. Aviación) Telefax: 449-3488</p> | <p>MINISTERIO DE EDUCACIÓN</p> <p>Escuela Nacional Superior de Ballet</p>  <p>FUNCIÓN DE CLAUSURA VERANO 2007</p>  <p>Sábado 03 Marzo 5:00 p.m.</p> <p>Calle Spencer Mz. "O" Lte. "2" Urb. La Calera de la Merced - Surquillo (Alt. Cdra. 39 de la Av. Aviación)</p> |
|---|--|--|

12.- ENTRE EL RAYO Y EL TRUENO - Música : Strauss
Coreografía : Prof. Ada Kuniyoshi
Participan : Alumnas de Pre-Ballet de 7 a 9 Años
 Silvana Absi, Mirella Arévalo, Alondra Agreda, Fátima Cárdenas, Valeria Coello, Sofia Mount, Priscilla Olano, Valeria Palomino, Fernanda Saavedra, Katherine Sánchez, Valeria Servan, María Ma. Valverde, Olenka Villavicencio, Alexia Wong.

- Coreografía *Polka de colores* para la Función de Clausura de pre ballet ciclo de verano de la ENSB, presentado por las alumnas de 5 a 7 años (2007).

09.- POLKA DE COLORES - Música : Strauss
Coreografía : Prof. Ada Kuniyoshi
Participan : Alumnas de Pre-Ballet de 5 a 7 Años
 Ana Sofía Alva, Ariana Araujo, Danitza Barinotto, Sofia Butrón, Mariana Cárdenas, Kiara Carneiro, Valeria Lizárraga, Ma. Paz López, Shantal Llauriman, Romina Llontop, Ariana Miranda, Valeria Molina, Nicole Prada, Susana Sánchez, Valeria Valer, Mara Villanelo.

- Coreografía *Medusas* para la Función de Clausura del pre ballet II semestre de la ENSB, denominada “Las Maravillas del Mar” presentado por las alumnas de 7 a 9 años (2006).

15.- MEDUSAS
Coreografía : Prof. Ada Kuniyoshi

Participan: Alumnas de Pre-Ballet 7 a 9 Años: Laura Ma. Aguinaga, Q'antu Arteaga, Dana benites, nicolle Brousset, Alejandra Brun, nora Cabello, Ariana Cabrera, Samantha Calderón, Fabiola De Vivero, Mónica Giulfo, Andrea Málaga, Benny Martínez, Celeste Mori, Carolina Pérez, Ivanna Samanez,

- Coreografía *Mantarayas* para la Función de Clausura del pre ballet II semestre de la ENSB, denominada “Las Maravillas del Mar” presentado por las alumnas de 9 a 12 años (2006).

| | | |
|---|--|--|
|  Directora Gina Natteri | Personal Directivo y Administrativo de la E.N.S.B. Directora Gina Natteri Marmol Sub - Director Manuel Stagnaro | ESCUELA NACIONAL SUPERIOR DE BALLE  ESCUELA NACIONAL SUPERIOR DE BALLE |
| Personal Docente Pre - Ballet | Coordinadora FAS Ileana Mariategui | |
|  Grace Cobián | Coordinadora FAT Rosario Reyes | |
|  Nazareth García | Coordinadora Pre - Ballet Isabel Chávez | |
|  Ada Kuniyoshi | Administrador Allen Cotrina | |
|  Sandra Meléndez | Secretaria Académica Lourdes Cornejo - Maria Eugenia Olivo | |
|  Rosa Murillo | Personal Administrativo Hipatia Flores - Liz Delgado - Rosario Rivera | |
|  Isabel Chávez | Personal Técnico Eloy Muñoz - Marco Antonio Díaz- Marco Antonio Silva | <i>Las Maravillas Del Mar</i> Viernes 24 Noviembre 2006 Hora: 7:00 p.m. |
| | Escenografía Pedro López | Auditorio Los Inkas Museo de la Nación |
| | Diseño de Vestuario Nazaret García | Dirección General Gina Natteri |
| | Vestuarista Gloria Checa | Coordinadora General Isabel Chávez |
| | Cursos de Extensión 2007 ENSB | |
| | Pre-Ballet de 3 a 12 años Ballet Jóvenes y Adultos Danza Moderna Jóvenes y Adultos - Mini Tap Inscripciones : Postulantes 2007 15 Dic. - 2006 Inicio de Pre Ballet : 08 Ene. - 2007 Examen de Admisión : 08 Ene. - 2007 | |
| | Calle Spencer Mz. O Lt. 2 Urb. La Calera de la Merced Surquillo - Telf.: 449-3488 E-mails: ensb@terra.com / ensb@speedy.com.pe | |

18.- MANTARAYAS
Coreografía : Prof. Ada Kuniyoshi

Participan: Alumnas de Pre-Ballet de 9 a 12 Años: Sofía Calderón, Johana Carvajal, Romina Cornejo, Daniela Cheng, Antonella Manrique, Nahir Quispe, Diana Torres, Nicole Vásquez, Araceli Vergara, Mariella Vila, Nathaly Zegarra.

- Coreografía *Danza Húngara* para la Función de Clausura de pre ballet I semestre de la ENSB, presentado por las alumnas de 9 a 12 años (2006).

PERSONAL DOCENTE ENSB

PRE BALLE

DIRECTORA
Gina Netteri

COORDINADORA
Isabel Chávez

PERSONAL DOCENTE Y ADMINISTRATIVO
Escuela Nacional Superior de Ballet

DIRECTORA
Gina Netteri Marmol

SUB DIRECTOR
Manuel Stagnaro

COORDINADORA FAS
Ileana Mariátegui

COORDINADORA FAT
Rosario Reyes

COORDINADORA PRE BALLE
Isabel Chávez Esparta

ADMINISTRADOR
Allen Cotrino

SECRETARIA ACADÉMICA
Lourdes Cornejo - María Eugenia Olivo

PERSONAL ADMINISTRATIVO
Hipatia Flores - Liz Delgado

PERSONAL TÉCNICO
Eloy Muñoz - Marco Antonio Diaz
Marco Antonio Silva

* VESTUARISTA: Gloria Checa

CURSOS ENSB 2006

Pre Ballet de 3 a 12 años
Ballet jóvenes y adultos
Danza Moderna y Tap: jóvenes y adultos - Mini Tap
Clases de preparación: Postulantes 2007

INICIO PRE BALLE: 01 setiembre 2006
INICIO FAT Y FAS: 09 agosto 2006

Calle Spencer Mz. O Lote 2
Urb. La Colera de la Merced - Surquillo
(Alt. cdra. 39 Av. Aviación) Telefax: 449-3488

ESCUELA NACIONAL SUPERIOR DE BALLE
presenta

FUNCIÓN DE CLAUSURA PRE BALLE INVIERNO 2006 - I

MUSEO DE LA NACIÓN - AUDITORIO LOS INKAS
JUEVES 29 JUNIO - 10.00 A.M.

08. PEQUEÑOS PAJARITOS - Música: Strauss
Coreografía: Prof. Rosa Murillo
Participan: Alumnas de 5 a 7 años
Ana Karen Aramburo, Sabine Bardales, Silvana Cabrera, Romina Chávez, Ana Claudia Fornier, Alanis Francia, Daniela Giulfo, Camila Gómez, Priscilla López, Samantha Lu, Isabella Málaga, Ivetta Montenegro, Flor de María Muñante, Samia Nakhoui, Jimena Ruiz, Aymi Valladares, Alexandra Warsched.

09. DANZA HÚNGARA - Música: Brahms
Coreografía: Prof. Ada Kuniyoshi.
Participan: Alumnas de 9 a 12 años
Ariana Avo, Ignacio Arévalo, Sofía Calderón, Romina Cornejo, Daniela Chung, Lorena Lizárraga, Antonella Manrique, Tania Román, Ariana Solís, Valeria Stigler, Nicole Vásquez, Nataly Zegarra, Mayumi Tamashiro, Ximena Luyo, Mariela Vila.

10. PEQUEÑOS CISNES - Música: André Rieu
Coreografía: Prof. Nazareth García
Participan: Alumnas de 7 a 9 años
Marcela Balboa, Samantha Calderón, Stephanie Chuculipi, Valeria Dávila, Esteban Díaz, Desirée Ibarra, Estefani León, Paula Malpartida, Aza Montalva, Reyna Ordoñez, Jasmine Paredes, Sofía Pérez, Nataly Roman, Fernanda Saavedra, Claudia Santander, Jimena Solís, Vanessa Trucios, Arianna Vilacorta, María Paz Villaveze.

11. ESPAÑOLÍSIMAS - Música: André Rieu
Coreografía: Prof. Isabel Chávez
Participan: Alumnas de 7 a 9 años
Odette Abrogú, María Elena Barrón, Allison Earl, Kella Fonseca, Alicia Maldonado, Gloria Mejía, May Ling Ochoa, Sasha Solillo, Arlet Rojas, Natalia Villanueva, Paola Vigo.

12. VARIACIONES - Música: Minkus
Coreografía: Prof. Ada Kuniyoshi.
Participan: Alumnas de 7 a 9 años
Laura María Aguinaga, Nicolle Brousset, Andrea Balbuena, Nora Cabello, Ariana Cabrera, Daniela Cáceres, Milagros Campos, Fabiola de Vibero, Ginebra Giulfo, Rafaella Luna, Andrea Málaga, Benny Martínez, Alejandra Ongaro, Valeria Palomino, Amelia Pérez, Darlyn Silva, Suzel Tordoya, Camila Nieto, Celeste Mori, Oriana Méndez.

13. LA VIDA EN ROSA - Música: André Rieu
Coreografía: Prof. Isabel Chávez
Participan: Alumnas de 9 a 12 años
Andrea Alayo, Shirley Arias, Lidia Cano T, María Lourdes Cano M, Mariana Coyo, Alejandra de Lama, Valeria Gold, Kani Hart, Alessandra Injarte, Lorena Lizárraga, Stefany Normonty, Romina Muñoz, Stephanie Noriega, Desirée Nuñez del Prado, Gabriela Ramírez, Claudia Rudolph, María Alejandra Torres, Paola Vigo.

- Coreografía *Variaciones* para la Función de Clausura de pre ballet I semestre de la ENSB, presentado por las alumnas de 7 a 9 años (2006).

12. VARIACIONES - Música: Minkus
Coreografía: Prof. Ada Kuniyoshi.
Participan: Alumnas de 7 a 9 años

Laura María Aguinaga, Nicolle Brousset, Andrea Balbuena, Nora Cabello, Ariana Cabrera, Daniela Cáceres, Milagros Campos, Fabiola de Vibero, Ginebra Giulfo, Rafaella Luna, Andrea Málaga, Benny Martínez, Alejandra Ongaro, Valeria Palomino, Amelia Pérez, Darlyn Silva, Suzel Tordoya, Camila Nieto, Celeste Mori, Oriana Méndez.

- Coreografía *Vals encantado* para la Función de Clausura de pre ballet ciclo de verano de la ENSB, presentado por las alumnas de 7 a 12 años (2006).

PERSONAL DOCENTE Y ADMINISTRATIVO ENSB

DIRECTORA
Gina Natteri Marmol

SUB DIRECTOR
Manuel Stagnaro

COORDINADORA FAS
Ileana Mariategui

COORDINADORA FAT
Rosario Reyes

COORDINADORA PRE BALLE
Isabel Chávez Esparta

ADMINISTRADOR
Allen Cotrina

SECRETARÍA ACADÉMICA
Lourdes Cornejo - Maria E. Olivo

PERSONAL ADMINISTRATIVO
Hipatia Flores
Liz Delgado

PERSONAL TÉCNICO
Eloy Muñoz
Marco Antonio Diaz
Marco Antonio Silva

CURSOS ENSB 2006

Pre Ballet de 3 a 12 años
Ballet jóvenes y adultos
Danza Moderna jóvenes y adultos

INICIO PRE BALLE: 01 abril 2006
INICIO FAT Y FAS: 27 marzo 2006

Calle Spencer Mz.O Lote 2
Urb. La Calera de la Merced - Surquillo
(Alt. cdra. 39 Av. Aviación) Telefax: 449-3488

ESCUELA NACIONAL SUPERIOR DE BALLE

presenta

FUNCIÓN DE CLAUSURA VERANO 2006

MUSEO DE LA NACIÓN
SÁBADO 04 MARZO - 5.00 P.M.

10. VALS ENCANTADO

Música : Strauss

Coreografía : Prof. Ada Kuniyoshi

Participan : Alumnas de 7 a 12 años

Alondra Agreda, Maria Elena Barrón, Camila Ciudad, Alejandra De Lama, Paola Eyzaguirre, Milagritos Gamarra, Leslie Gomero, Andrea Gómez de la Torre, Jennifer Luna, Raffaella Luna V., Paula Maguiña, Angela Martinez, Lista Mejia, Camila Nieto, Andrea Pino, Tania Roma, Claudia Santander, Mariela Vila, Catherine Zavala, Nataly Zegarra.

- Coreografía *Pajaritos* para la Función de Clausura del pre ballet II semestre de la ENSB, denominada “Blanca nieves y los 7 enanos” presentado por las alumnas de 7 a 9 años (2005).

8. PAJARITOS: Alumnas de 7 a 9 años - **Prof. Ada Kuniyoshi**

Marian Alania, Ana Alpaca, Ariana Alva, Laura María Aguinaga, María Lucía Berrospi, Daniela Cáceres, Valeria Cauvi, Milagros Campos, Nora Cabello, Ana Lucía Gamboa, Sandra Ingar, Alicia Maldonado, Benny Martínez, Daniela Ojeda del Arco, Vanessa Sifuentes, Suzel Tordoya, Alessandra Vallebuona, Karina Vásquez, Natalia Villanueva.

- Coreografía *Palomas* para la Función de Clausura del pre ballet II semestre de la ENSB, denominada “Blanca nieves y los 7 enanos” presentado por las alumnas de 9 a 12 años (2005).

PERSONAL DOCENTE ENSB

DIRECTORA
Gina Natteri

PERSONAL DOCENTE Y ADMINISTRATIVO ENSB

DIRECTORA
Gina Natteri Mórnel

SUB DIRECTOR
Manoel Shapiro

COORDINADORA PRE BALLET
Isabel Chávez Esparta

ADMINISTRADOR
Allen Cotrina

SECRETARÍA ACADÉMICA
Lourdes Cornejo - María E. Olivo

PERSONAL ADMINISTRATIVO
Hipatia Flores - Liz Delgado

PERSONAL TÉCNICO
Marco Antonio Díaz, Marco Antonio Sill-Eloy Muñoz

COORDINACIÓN GENERAL
Isabel Chávez Esparta

DISEÑO DE ESCENOGRAFÍA
Manuel Rosas Aquije

VESTUARISTA
Gloria Checa

CURSOS DE VERANO 2006
Pre Ballet de 3 a 12 años
Ballet jóvenes y adultos
Danza Moderna jóvenes y adultos
Clases de Top - Ballets Modernos

INSCRIPCIONES: 15 diciembre 2005
INICIO DE CLASES: 09 enero 2006
Calle Spencer Ma. D. Lazo 2
Urb. La Calera de la Merced - Surquillo
(Alt. cdra. 39 Av. Aviación)
Teléfono: 449-3488

MINISTERIO DE EDUCACIÓN

ESCUELA NACIONAL SUPERIOR DE BALLET
presenta:

«BLANCA NIEVES Y LOS SIETE ENANOS»

FUNCIÓN DE CLAUSURA PRE BALLET - II SEMESTRE 2005

03 DE DICIEMBRE 2005
MUSEO DE LA NACIÓN - AUDITORIO LOS INKAS

4. FLORES: Alumnas de 5 a 7 años - Prof. Carla Plaza
Klara Cornejo, Stephanie Chocopill, María José Lezcano, Antonette López, Priscila López, Claudio Meliparedes, Nancy Meliparedes, Andrea Mondillo, Ester de María Mollato, Fionella Muñoz, Laura Pizarro, María José Puelat, Ximena Puelat, Natalia Quispe, Fernanda Saavedra, Jimena Solís, María Paz Villenas, Alexandra Werscheid, Nicola Zanpan.

5. MARIPOSA: Alumnas de 5 a 7 años - Prof. Rosa Murillo
Ana Karen Aramburú, Daniela Castro, Ariana Cabrera, Claudia Flores, María José González, Sofyany Lina, Alessandra López Arce, Alessandra Lucero, María Fernanda Martínez, Paula Meliparedes, Catalina Mori, Joannine Paredes, Sofía Pérez, Catalina Portocarrero, Paula Rosado, Alessandra Schreier, Diana Silva, Yvonne Valdivia.

6. MAPACHES: Alumnas de 5 a 7 años - Prof. Grace Cobán
Ivana Álvarez, María Paz Araujo, Sabine Bortales, Samantha Calderón, Nicole Castillo, Cinthya Díaz, Valeria Espinoza, Nicolía Fernández, Sol María Goveza, Charly Lozada, Marisol Melis, Valeria Mejía, María Karina Pflörs, Cecilia Quispe, Camila Salazar.

7. LUJERINAGAS: Alumnas de 5 a 7 años - Prof. Sandra Meléndez
Saralet Arce, Franziska Dominguez, Anahí García, María Fernanda García, Daniela González, Vladimir Guzmán, Nikole Jentle, Cristina Luchena, María Martín, Valeria Palomares, Camila Risco, Lourdes Salomón, Lucía Torres, Daniella Rocha, Ariette Zumbato.

8. PAJARITOS: Alumnas de 7 a 9 años - Prof. Ada Kuniyoshi
Marion Alonso, Ana Alpaiz, Ariana Alva, Laura María Aguirre, María Lucía Barrios, Daniela Córcega, Valeria Cova, Milagros Campy, Nara Caballero, Ana Lucía Gombao, Sandra Ingar, Alicia Maldonado, Benny Martínez, Daniela Ojeda del Amo, Yvonne Silvestre, Suzel Tordoya, Alessandra Velloso, Karina Viquez, Natalia Villaseca.

9. PALOMAS: Alumnas de 9 a 12 años - Prof. Ada Kuniyoshi
Patricia Arceolo, Leylín Bonafón, Carla Cipriani, Tasha Franco, Ximena Haro, Jacqueline Luna, Jacqueline López, Nicole Llanos, Antonella Manrique, Lizeth Mejía, Aleli Nuñez, Carla Olivo, Isaac Ramírez, Yomira Ruiz, Mariela Vila, Catherine Zerolo.

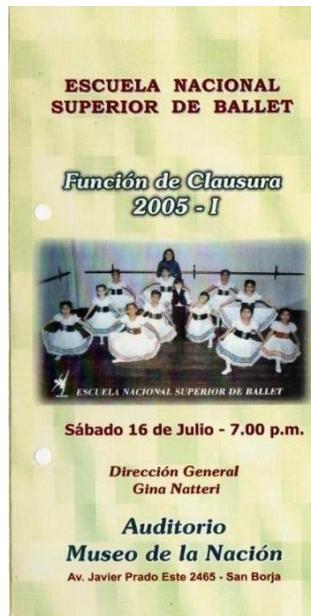
1. BRUJITAS: Alumnas de 7 a 9 años - Prof. Leidy Rodríguez
Nicolía Brossat, Nicole Bloca, Alejandra Colla, Vivian Carbonero, Deba Carrillo, Romina Carrero, Tania Cervantes, Liliana del Aguila, Daniela Iba, Lucía Llanos, Estela Martínez, Sara Ramírez, María Inés Herrera, Alessandra Ongaro, Paloma Padua, Sara Ramírez, Gloria Rivera, María Fernanda Saavedra, Vanessa Trujillo, Nathalia Zupera, María Fernanda Zuzunaga. **Brújula:** Lucía Enrique López.

2. MANZANAS: Alumnas de 5 a 7 años Prof. Carla Plaza
Daniela Basso, María Fernanda Barrio, Silvana Cabrera, Romina Chávez, Gina Lazo, María Belén Martínez, Mariela Nocco, Nicole Palomares, Camila Parodi, Nicolía Parodi, Daniela Rodríguez, Luciana Rodríguez, Jimena Ruiz, Carmen Ther, Camila Zevolo.

- Coreografía *El Danubio Azul* para la Función de Clausura de pre ballet I semestre de la ENSB, presentado por las alumnas de 9 a 12 años (2005).

12.- *El Danubio Azul*
Música : Strauss
Coreografía : Ada Kuniyoshi
Participan : Pre-Ballet 9 a 12 años :
Jessica Bonafón, Carla Cipriani, Alejandra Cornejo, Ma. Ximena Chacón, Lucero Díaz, Tasha Franco, Jacqueline López, Jennifer Luna, Ma. Antonella Manrique, Valeria Moyano, Aleli Nuñez, Carla Olivo, Carla Osorio, Yomira Ruiz, Camila Valdivia, Mariela Vila.

- Coreografía *Vals Vienés* para la Función de Clausura de pre ballet I semestre de la ENSB, presentado por las alumnas de 7 a 9 años (2005).



- Coreografía *Clasic* para la Función de Clausura de pre ballet ciclo de verano de la ENSB, presentado por las alumnas de 5 a 7 años (2005).

Ministerio de Educación

Escuela Nacional Superior de Ballet



12 de Marzo del 2005

4:00 p.m.

Dirección General: Gina Natteri Marmol

E.N.S.B.: Calle Spencer Mz. U Lote L. Urb. La Calera de la Merced - Surquillo. Telf.: 449-3488

Función Clausura Verano 2005

8.- Clasic

Música : J. Strauss
Coreografía : Ada Kuniyoshi

Participan: Alumnas de Pre Ballet de 5 a 7 Años:
Andrea Acosta, Krisma Alzamora, Valeria Coello, Nicole Fernández, Nicole Huerta, Adriana Li, Camila Martínez B., Benny Martínez T., Naomi Oshiro, Valeria Picciotti, Ornella Poggi, Daniela Recharte, Gianella Romero, Ma. José Sánchez, Ma. Fernanda Febres.

- Coreografía *Marcha de Ensueño* para la Función de Clausura de pre ballet ciclo de verano de la ENSB, presentado por las alumnas de 3 a 5 años (2005).

4.- Mancha de Ensueño

Música : J. Strauss

Coreografía : Ada Kuniyoshi

Participan: Alumnas de Pre Ballet de 3 a 5 Años:

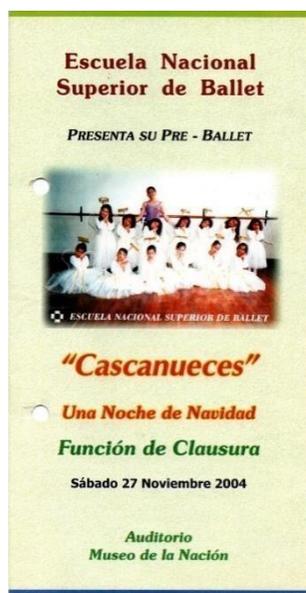
Vera L. Acevedo, Natalia Alvarez, Ariana Araujo, Lisette Begazo, Romina Chávez, Laura Estabridis, Macarena Martínez, Nicole Miñano, Valeria Otárola, Andrea Saravia, Silvana Sedilla, Alexia Sifuentes, Salma Simón, Sofía Torres, Sabrina Villanueva.

- Coreografía *Danza Rusa* para la Función de Clausura del pre ballet II semestre de la ENSB, denominada “Cascanueces, una noche de Navidad” presentado por las alumnas de 9 a 12 años (2004).

12.- Danza Rusa - Miss Ada 9 a 12 años

Fiorella Aparicio, Stefany Arrascue, Ma. Elizabeth Barrera, Silvana Caverro, Claudia Cerna, Alexandra Cornejo, Adriana Falcone, Jennifer Luna, Cristina Mendiola, Alelí Núñez, Carla Olivo, Mia Stephanie Pardo, Noelia Paz, Carla Ramos. Alexandra Rivera, Marlú Vargas, Mariela Vila.

- Coreografía *Soldaditos* para la Función de Clausura del pre ballet II semestre de la ENSB, denominada “Cascanueces, una noche de Navidad” presentado por las alumnas de 7 a 9 años (2004).



5.- Soldaditos - Miss Ada 7 a 9 años

Ariana Alva, Eva Alvarez, Andrea Aquije, Shirley Arias, Pamela Calderón, Keyly Castillo, Almendra Calle, Alessandra Cuadros, Ana L. Gamboa, Antonella Manrique, Ezilda Milla, Stephani Noriega, Ma. Teresa Osorio, Ma. Alessandra Rodriguez, Kendra Sosa, Maripaz Villafuerte, Natalia Villanueva.

- Coreografía *Danzando* para la Función de Clausura de pre ballet I semestre de la ENSB, presentado por las alumnas de 9 a 12 años (2004).



1. **DANZANDO**
Música: Haydn
Coreografía: Ada Kunyoshi
Participan: Pre-Ballet 9 a 12 Años
Alessandra Castro, Silvana Córdova,
Alexandra Cornejo, Karina Donayre,
Miluska Mansilla, Cristina Mendiola,
Vanessa Núñez, Noletta Paz, Daniela
Quiroz, Alexandra Rivera, Claudia Serna,
Ma. Alejandra Torres, Brigitte Valdez,
María del Carmen Vargas

- Coreografía *Mercaderes* para la Función de Clausura del pre ballet II semestre de la ENSB, denominada “Aladino y la Lámpara Maravillosa” presentado por las alumnas de 9 a 12 años (2003).

INC
Instituto Nacional
de Cultura

**ESCUELA NACIONAL
SUPERIOR DE BALLET**
PRESENTA SU PRE-BALLET

**Aladino y la Lámpara
Maravillosa**
Función de Clausura

7 DE DICIEMBRE 2003 - 5 P.M.
TEATRO SEGURA

1er ACTO

1.- Amigas de Jasmine:
Alumnas de 9-12 años: Andrea Acosta, Gabriela Hoyos, Dóroah O'Riengul,
Alejandra Pérez, Alejandra Villanueva.
Mercader: Miguel Ángel Huamán; Alumno de Tercer Año de FAS

2.- Mercaderes:
Alumnos de 9-12 años: Ada Kunyoshi, Carlos Álvarez, Zúlcica Álvarez,
Daniela Argueta, Brenda Bravo, Mabel Brings, Leandro Gallardo, Cristina
Gallardo, Angélica Moreno, Grecia Novra, Aelí Núñez, Alejandra Restrepo,
Daniela Rojas, Mireya Salinas, Laura Torres, Brigitte Valdez, Ana M. Velez.
Aladino: Mayel Solís Ballet Nacional

3.- Luchasitas:
Alumnas de 3-5 años: Sandra Meléndez, Fiona Aspasua, Sofía Bustamante,
Fátima Chonali, Carolina Elías, Valeria Linares, Ximera Mendoza, Valeria
Palomino, Paula Recchia, Samantha Ribes, Camila Risco, Sisel Torioya,
Daniela Torres, Vanessa Velásquez.
Tigre: Miguel A. Huamán; alumno de Tercer Año FAS

4.- Loritas:
Alumnas de 3-5 años: Rosa Murillo, Nicole Broussel, Alejandra Bruhl,
Adriano Carguillat, María José Carrion, María Fernanda Cervero, Ana
Paola Fernández, Paola Galdoch, Abel Garia, Andrea Moreno, Nadine
Montoya, Antonella Portugal, María Lucía Risco, María José Rubio, María
Fernanda Sandoval, Melany, Sangarín, Jimena Su, Ana Lidia Torres.
Loro: Rosa Murillo

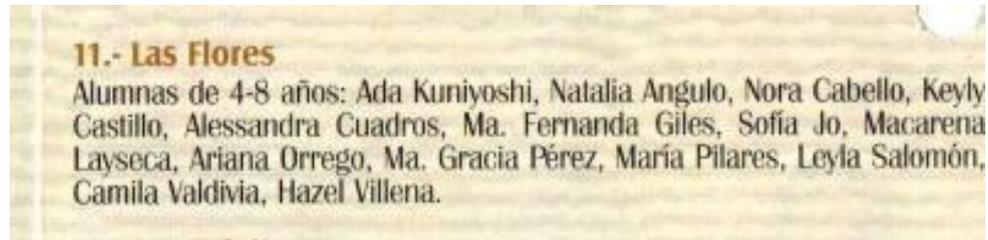
5.- Pequeñas ladronzuelas:
Alumnas de 7-9 años: Lesly Rodríguez, Mariana Abanto, Alejandra
Carvajal, Andrea Castillo, Silvana Cervero, Alejandra Chaves, Angélica de la
Torre, Adriana Falcone, Stephanie Guardini, Kiara Hervas, Jennifer Luna,
Antonella Montoya, Miluska Mansilla, María del Pilar Nue, Carla Osorio,
Alexandra Portugal, Silvana del Carmen Sosa, Erika Sotomayor, Elisa Tenaxi,
Marlene Vila.
Ladronzuela: Lesly Rodríguez
Yafar: Eduardo Guzmán 2do Año FAS

6.- Luchas:
Alumnas de 3-5 años: Carlita Plaza, Elsa Arriarán, Ariana Cabrera, María Lucía
Cabrera, Alicia Chau, Stephanie Changuipal, Allison Earl, Ana Paola Faura,
Melani Hernández, María Claudia Ibar, Adriana Ríos Luna, Lucía Torres.
Monje: Víctor Quispe, alumno de 2do Año FAS
Genio: Jean Sánchez, alumno de 1er Año FAS

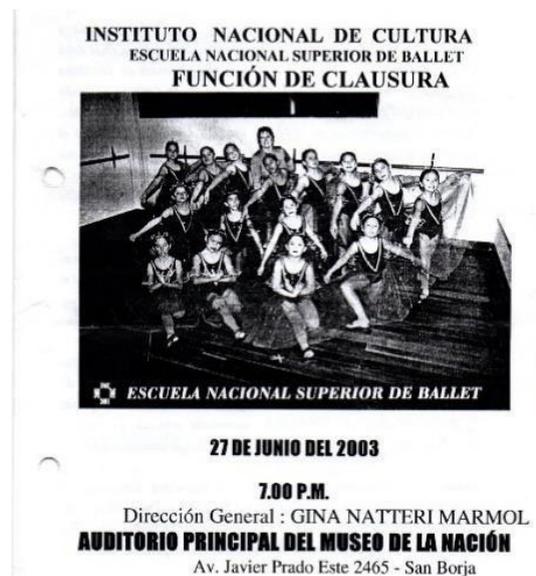
7.- Lamparitas:
Alumnas de 5-7 años: Sandra Meléndez, Cynthia Álvarez, Andrea Babuena,
Mariana Cacerillas, Melissa Castro, Melina Colombo, Kimberly Cuevas,
Camila Flores, Rosa María Gasco, Arantxe Hoyos, Estela O'Riengul, Karen
Pérez del Aguila, Valeria Quispe, Daniella Recharte, Francesca Rivera,
Stephany Rojas, Camila Sotomayor, Vanessa Sotomayor, Karina Viquez.

8.- Pequeñas Genios:
Alumnas de 5-7 años: Rosa Murillo, Laura María Aguirre, Britania Bara,
Adriana Bedoya, Almendra Calle, Paola Galloso, Mónica Gallo, Valeria Gold,
Karla Lara, Michelle Málaga, María Gracia Maestre, Stephani Noriega, Nuria
Perla, Ana Cristina Salas, Luisa Salas, Diana Silva, Naomi Tanashiro, Diana
Torres, Nicole Vargas, Aida Viscuso.

- Coreografía *Las Flores* para la Función de Clausura del pre ballet II semestre de la ENSB, denominada “Aladino y la Lampara Maravillosa” presentado por las alumnas de 4 a 8 años (2003).



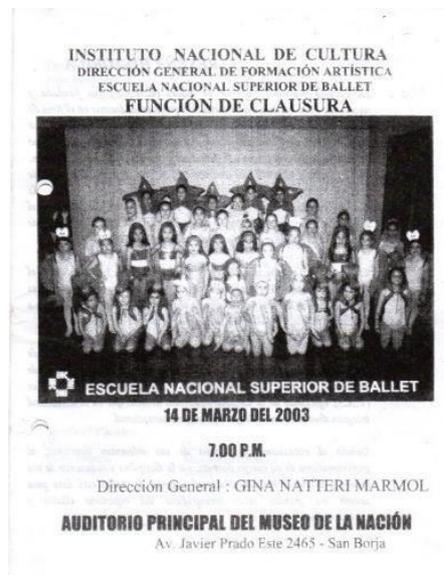
- Coreografía *Danza de Colores* para la Función de Clausura de pre ballet I semestre de la ENSB, presentado por las alumnas de 5 a 7 años (2003).



7.-DANZA DE COLORES

| | | |
|-------------|---|--|
| Música | : | |
| Coreografía | : | Ada Kuniyoshi |
| Participan | : | Alumnas de Pre-Ballet de 5 a 7 Años : Kimena Altamirano, Adriana Bedoya, Dominique Butrón, Lucero Díaz, Ariana Orrego, Valentina Rosas, Daniela Villalobos, Andrea Rodríguez, Alexandri Canchustó. |

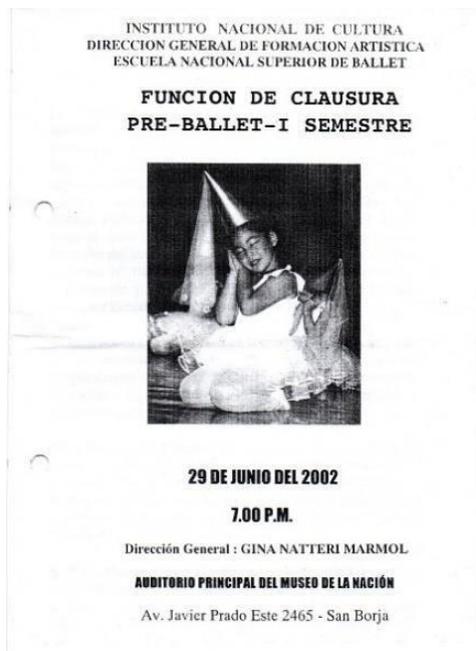
- Coreografía *Marcha de Radetzky* para la Función de Clausura de pre ballet ciclo de verano de la ENSB, presentado por las alumnas de 7 a 9 años (2003).



12.-MARCHA RADEZKY

Música : Mozart.
 Coreografía : Ada Kuniyoshi Oshiro
 Participan : Alumnas de Pre-Ballet de 7 a 9 Años : Karla Cerrate, Sofia Delgado, Valeria del Castillo, Leandra Gallardo, Luciana Goytisolo, Ma. Antonelli Manrique, Grecia Melgarejo, Franca Núñez, Carla Oblitas, Luciana Origone, Noelia Paz, Paola Paz, Alejandra Restrepo, Fiorella Saenz, Mariela Vila.

- Coreografía *Danza de los Pañuelos* para la Función de Clausura de pre ballet I semestre de la ENSB, presentado por las alumnas de 8 a 12 años (2002).



A DANZA DE LOS PAÑUELOS.

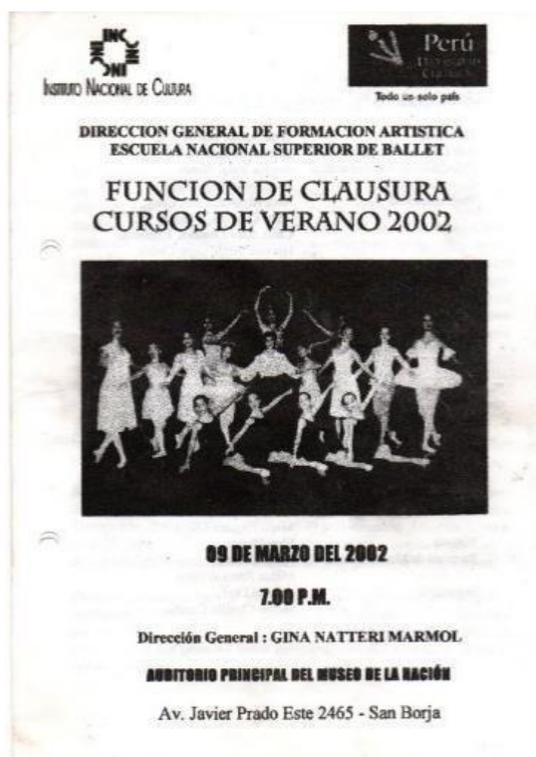
Música : J. Strauss
 Coreografía : Ada Kuniyoshi.
 Participan : Alumnas de Pre-Ballet de 8 a 12 Años:
 Luisa Bárcena, Alessandra Chuquipiondo, Alessadra Florez, Andrea Henríquez, Franca Núñez, María Pía Núñez, Andrea Orozco, María Fernanda Rendón, Raquel Vega

- Coreografía *Bailando con los canarios* para la Función de Clausura de pre ballet I semestre de la ENSB, presentado por las alumnas de 5 a 7 años (2002).

2.-BAILANDO CON LOS CANARIOS.

Música : Johan Strauss
 Coreografía : Ada Kuniyoshi
 Participan : Alumnas de Pre-Ballet de 5 a 7 Años:
 Shirley Arias, Melissa Benavides, Mabel Bringas, Karla Cerrate, Ana Paula Cherres, Verónica Door, Grecia Fernández, Andrea Gómez de la Torre, Gianella Grados Sofía Jo, Paula Maguiña, Lucía Mestanza, María Andrea Oscco, Fiorella Pachas, Nelly Ramírez, Vanessa Sifuentes, Camila Valdivia, Izia Vallaey, Lucía Zúñiga.

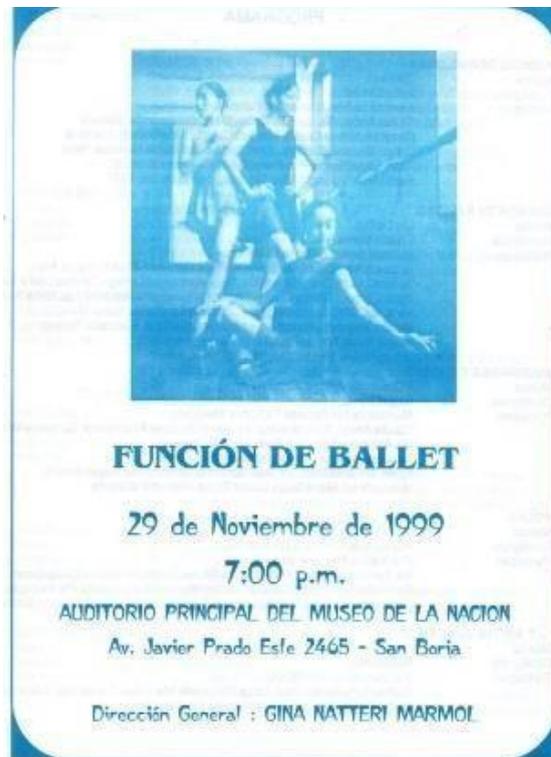
- Coreografía *Polka en celeste* para la Función de Clausura de pre ballet ciclo de verano de la ENSB, presentado por las alumnas de 7 a 9 años (2002).



J. POLKA EN CELESTE

Música : Strauss
 Coreografía : Ada Kuniyoshi.
 Participan : Alumnas de Pre Ballet de 7 a 9 Años:
 Patricia Ávila, Karina Calderón, Brenda Cartagena, Lucía d Pilar García, Kuayllén Hip, Diana Maguiña, Franca Núñez Brenda Santiago, Nicolle Saravia, Angela Torrejón.

- Coreografía *Polka* para la Función de Clausura de pre ballet II semestre de la ENSB, presentado por las alumnas de 5 a 7 años (1999).



4.-POLKA
Música
Coreógrafa
Participan

J. Strauss.
Ada Kuniyoshi (Práctica Docente FAS).
Alumnas de Pre-Ballet de 5 a 7 años.
Ma. Fernanda Bárcena, Andrea Costa, Olenka Correa, Alessandra Chuquipiondo,
Camila Gautier, Cristina Gavidia Gabriela Hoyos, Vanessa Lanatta, Pierina López,
Giselle Maurial, Patricia Muñoz, Connie Ochoa, Valeria Ramirez, Milagros Salinas.

- Participación en la coreografía *Bachianas* para la Función de Clausura de pre ballet II semestre de la ENSB presentado por los alumnos de FAS (1999).

10.-BACHIANAS

Música : Villalobos
Coreógrafo : Ricardo Rengifo
Participan : Alumnos de FAS.
Sebastián Chauca, Angel Frías, Araceli Huamani, Grethel Jiménez, Sandra Meléndez, Rosa Murillo, Paulo Nieto, Ada Kuniyoshi, Rosa Rospigliosi.

3.2. Desarrollo de capacidades

A lo largo de su trayectoria, la autora a logrado desarrollar muchas capacidades a nivel de la enseñanza, creación de coreografías, organización de eventos y apoyo social.

- En la enseñanza:
 - Diseño de sesiones de aprendizaje dirigidas a lograr los objetivos planteado en la programación semestral del pre ballet de la ENSB y en las diferentes instituciones donde labora.
 - Elaboración de programaciones anuales, unidades, organizadores, planificación anual y sesiones de aprendizajes.
 - Elaboración de sesiones de aprendizaje LYV, que es un diseño sistémico de la pedagogía de Luz y Verdad de la doctrina de las dominicas de la inmaculada concepción, en las instituciones educativas Mater Christi y Santa Anita.

- Creación de Coreografías:
 - Elaboración de coreografías de ballet y danza moderna para las presentaciones en las diversas actividades planificadas por las instituciones donde trabaja, mostrando las habilidades y destrezas adquiridas durante el año académico.
 - Búsqueda de música y vestuarios para elaborar las coreografías dependiendo si tienen un tema específico o es libre.
 - Responsable de los ensayos de las estudiantes para poder perfeccionar sus movimientos, desarrollar una buena performance y seguridad en la ejecución de las coreografías.

- Organización de Eventos:
 - Planificación de las clausuras de talleres de Ballet y Danza Moderna, Tae Kwon Do, Danza Folclórica y Música. (Presencial y Virtual) en conjunto con los responsables de los talleres.
 - Elaboración de los proyectos de clausuras y presentación del taller de ballet y danza moderna.

- Organización y responsable de las clausuras y presentaciones del taller de Ballet y Danza Moderna.

- Apoyo social:
 - Elaboración de afiches y videos para la recolección de juguetes en las campañas navideñas para los diferentes albergues que apoya la institución educativa Mater Christi y motivar a la comunidad a colaborar.
 - Acompañamiento a los estudiantes a visitar los albergues, llevando donativos de útiles escolares, ropa o víveres.

CONCLUSIONES

- El presente trabajo evidencia los estudios realizados por la autora a lo largo de su carrera profesional, así como también su desempeño laboral y el listado de algunos de sus trabajos coreográficos más significativos.
- La ENSB forma profesionales en docencia e intérpretes en danza clásica, que al término de su formación reciben su título profesional con grado universitario y también promueve la formación en danza clásica y contemporánea resaltando los valores como la disciplina, respeto, solidaridad y honradez.
- El Streching es una disciplina que ayudar a mejorar la flexibilidad de segmentos corporales específicos, con una práctica constante se puede obtener resultados favorables, especialmente con las alumnas que presentan mayores dificultades.
- Con una práctica constante de los ejercicios expuestos en el presente trabajo se puede lograr maximizar el tendón de Aquiles dependiendo de la capacidad individual de cada estudiante.
- En el ballet cada paso está codificado, nombrado y practicado, es por ello que es importante ejecutar estos pasos de manera correcta y sin exagerar la carga para así evitar futuras lesiones, siempre estar pendientes de la correcta ejecución de los pasos.

RECOMENDACIONES

- Cada grupo de edad se debe separar por competencias es decir que el nivel de conocimientos sea semejante y no haya tanta diferencia entre el alumnado de los grupos, y se pueda avanzar de manera pareja, a que al tener en un mismo grupo alumnos con diferentes conocimientos.
- Realizar trabajos focalizados con las alumnas que requieran mejorar ciertas habilidades, haciéndoles un seguimiento a través del grupo de WhatsApp intercambiando fotos y/o videos, para que puedan trabajarlos en forma individual en sus casas.
- Crear un instrumento de evaluación para poder planear estrategias y obtener los objetivos por nivel, especialmente para las alumnas que presentan mayores dificultades y verificar sus progresos a través de ejercicios específicos que puedan ayudarlas a lograr los objetivos.
- Tener libre disposición de materiales como: bloques de yoga, yogamat, balones, bandas, ligas, para que las alumnas puedan utilizarlo si lo necesitan.

REFERENCIAS

- Calais, B. (2007). *Anatomía para el movimiento*. Tomo I. La liebre de Marzo. S.L.
- Comet, B., Corona, S., Espeso, N.; Sainz, A. y Blasco, N. (09 de febrero de 2022). *Tratamiento del acortamiento del tríceps sural en un bailarín de ballet clásico*.
<https://revistasanitariadeinvestigacion.com/tratamiento-del-acortamiento-del-triceps-sural-en-un-bailarin-de-ballet-clasico/#:~:text=Se%20debe%20hacer%20el%20pli%C3%A9,maximizar%20la%20funcionalidad%20del%20pie>.
- Delgado, E. (27 de octubre de 2013). Rotura aguda del Tendón de Aquiles.
<https://www.delgadotrauma.com/rotura-aguda-del-tendon-de-aquiles/>
- Gurquel, A. (2009). *Elongación x elongación*. Balletin Dance.
- Haskell, A.L. (1945). *Ballet*. Editorial Lautaro.
- Haskell, A. L. (1958). *¿Qué es el ballet?* Instituto Cubano del Libro.
- Mazzari, V. (03 de abril de 2016). *Saltos: Los primeros pasos a tener en cuenta para lograr la elevación*. <https://revistarevol.com/actualidad/saltos-los-primeros-pasos-a-tener-en-cuenta-para-lograr-la-elevacion/>
- Nelson, A., Kokkonen, J. (2007). *Anatomía de los estiramientos*. Editorial Tutor.
- Orjuela, D., Rubio, A. (2017). *Estudios de análisis del movimiento en danza*. Editorial UD.
- Salazar, A. (2014). *La danza y el ballet: introducción al conocimiento de la danza de arte y del ballet* (Vol. 6). Fondo de cultura económica.
- Staugaard-Jones, J. (2014). *Anatomía del ejercicio y el movimiento*. Editorial Paidotribo.
- Vaganova, A. (1945). *Las bases de la danza clásica*. Ediciones Centurion.

ANEXOS



SESIÓN DE APRENDIZAJE N° 1

DATOS INFORMATIVOS

| | | | |
|----------------------------------|----------------------------|---------------------|------------------------------------|
| DENOMINACIÓN DE LA SESIÓN | EJERCITANDO NUESTRO CUERPO | DURACIÓN: | 40 MINUTOS |
| ÁREA: | BALLET | GRADO Y SEC. | SEGUNDO A , B Y C |
| DOCENTE: | ADA REYKO KUNIYOSHI OSHIRO | FECHA: | Del 18 de octubre al 22 de octubre |

PROPÓSITOS DE APRENDIZAJE

| COMPETENCIA Y CAPACIDADES | DESEMPEÑO (CURRÍCULO NACIONAL) | DESEMPEÑO PRECISADO | CAMPO TEMÁTICO | INSTRUMENTO DE EVALUACIÓN |
|---|---|--|---|---|
| <p>Se desenvuelve de manera autónoma a través de su motricidad</p> <ul style="list-style-type: none"> • Comprende su cuerpo. • Se expresa corporalmente | <ul style="list-style-type: none"> • Explora de manera autónoma sus posibilidades de movimiento al realizar con seguridad y confianza habilidades motrices básicas, mediante movimientos coordinados según sus intereses, necesidades y posibilidades. • Se orienta en el espacio y tiempo en relación a sí mismo y a otros puntos de referencia, reconoce sus posibilidades de equilibrio con diferentes bases de sustentación en acciones lúdicas. • Resuelve situaciones motrices al utilizar su lenguaje corporal (gesto, contacto visual, actitud corporal, apariencia, etc.), verbal y sonoro que le ayudan a sentirse seguro, confiado y aceptado. • Utiliza su cuerpo y el movimiento para expresar ideas y emociones en la práctica de actividades lúdicas | <ul style="list-style-type: none"> • Realiza secuencias coreográficas de manera autónoma manteniendo una correcta colocación del cuerpo. • Realiza movimiento de coordinación óculo-manual al ejecutar las secuencias coreográficas de ballet. | <ul style="list-style-type: none"> • Pasos de desplazamiento: skips, galopes, conejitos, maripositas, marcha clásica, caminata y corrida clásica. • Postura: cuerpo, piernas, pies. • Colocación de brazos y manos. • Pasos básicos: demi plies, tendus, relevés, retirés. • Posiciones de brazos: preparatoria, primera, segunda y quinta. • Posiciones de pies: primera, segunda y sexta. • Secuencias rítmicas básicas con palmadas, claves o panderetas. | <ul style="list-style-type: none"> • Lista de asistencia. • .Lista de cotejo. |

| | | | | |
|---|--|---|--|--|
| | con diferentes tipos de ritmos y música para expresarse corporalmente y usando diversos elementos. | | | |
| ENFOQUE TRANSVERSAL | VIRTUD | ACTITUD OBSERVABLE | | |
| Enfoque de derecho | Caridad | Pone cuidado y atención en lo que hace o dice | | |
| EVIDENCIA DE APRENDIZAJE: | | | | |
| <ul style="list-style-type: none"> • Realiza las secuencias coreográficas con las piernas y pies bien estirados. • Ejecuta los ejercicios de flexibilidad demostrando amplitud en sus movimientos • Realiza secuencias coreográfica coordinando los movimientos y al compás de la música . | | | | |

SECUENCIA PEDAGÓGICA

| | SECUENCIA | RECURSOS TECNOLÓGICOS |
|-------------------|---|---|
| INICIO | <ul style="list-style-type: none"> • Presentación y calentamientos. • Ejercicios para desarrollar flexibilidad de cuerpo y piernas • Ejercicios de estiramientos | |
| DESARROLLO | <ul style="list-style-type: none"> • Práctica de pasos básicos: plies, tendu, jetes, rond de jambe • Pasos para desarrollar coordinación brazo, cabeza, pierna • Práctica de posición de pies: sexta, primera y segunda • Movimientos y paso para desarrollar la coordinación con peluches o muñecos y cojines o almohadas. • Secuencia de posiciones de brazos 1er y 2do port de brass. • Ejercicios para desarrollar equilibrio con brazos en 1ra, 3ra y 2da. | <p>PPT App musicales Deezer y Spotify</p> |
| CIERRE | <ul style="list-style-type: none"> • Despedida con reverencia. | |



SESIÓN DE APRENDIZAJE LYV N° 1

| DATOS INFORMATIVOS | | | |
|----------------------------------|---|---------------------|-------------------|
| DENOMINACIÓN DE LA SESIÓN | VIRGEN MARÍA, MADRE MIA, GUÍA NUESTROS PASOS | DURACIÓN: | 40 MINUTOS |
| ÁREA: | BALLET | GRADO Y SEC. | TERCERO A , B Y C |
| DOCENTE: | ADA REYKO KUNIYOSHI OSHIRO | FECHA: | Mayo |

PROPÓSITOS DE APRENDIZAJE

| COMPETENCIA Y CAPACIDADES | DESEMPEÑO (CURRÍCULO NACIONAL) | DESEMPEÑO PRECISADO | CAMPO TEMÁTICO | INSTRUMENTO DE EVALUACIÓN |
|---|--|--|--|---|
| <p>Se desenvuelve de manera autónoma a través de su motricidad</p> <ul style="list-style-type: none"> • Comprende su cuerpo. • Se expresa corporalmente | <ul style="list-style-type: none"> • Reconoce la izquierda y la derecha con relación a objetos y a sus pares, para mejorar sus posibilidades de movimiento en diferentes acciones lúdicas • Se orienta en un espacio y tiempo determinados, con relación a sí mismo, a los objetos y a sus compañeros; coordina sus movimientos en situaciones lúdicas y regula su equilibrio al variar la base de sustentación y la altura de la superficie de apoyo, de esta manera, afianza sus habilidades motrices básicas • Resuelve situaciones motrices al utilizar su lenguaje corporal (gestos, contacto visual, actitud corporal, apariencia, etc.), verbal y sonoro para comunicar actitudes, sensaciones, estados de ánimo y acciones que le | <ul style="list-style-type: none"> • Reconoce la izquierda y la derecha al ejecutar los pasos básicos para mejorar sus posibilidades de movimientos • Ejecuta secuencias coreográficas demostrando coordinación y musicalidad. | <ul style="list-style-type: none"> • Pasos básicos del ballet clásico: plies y grand pliés, tendus, jetes, rond de jambe, arabesque degagés, retirés, coupe, developpe, grand battement, relevé lent, fondu, chasse, polcas, marchas, piruetas, grandes saltos • Técnica del ballet neoclásico y sus elementos: impulso, movimiento, ritmo, espacio, tiempo. • Pasos de desplazamientos • Caída y recuperación. • Saltos con distintos apoyos (de dos a uno, de uno a dos, de dos a dos, de | <ul style="list-style-type: none"> • Lista de asistencia. • .Lista de cotejo. |

| | | | | |
|---|---|--|---|--|
| <p>Contemplar la realidad desde la Luz y la Verdad</p> <p>INTERPRETA Expresa</p> | <p>posibilitan comunicarse mejor con los otros y disfrutar de las actividades lúdicas.</p> <ul style="list-style-type: none"> Vivencia el ritmo y se apropia de secuencias rítmicas corporales en situaciones de juego para expresarse corporalmente a través de la música | | <p>uno a uno) en el lugar y con traslado.</p> <ul style="list-style-type: none"> Cambios de dirección y nivel. <p>María modelo de vida cristiana</p> <ul style="list-style-type: none"> Virtudes de María | |
| <p>ENFOQUE TRANSVERSAL</p> | <p>VIRTUD</p> | <p>ACTITUD OBSERVABLE</p> | | |
| <p>Enfoque de derecho</p> | <p>Caridad</p> | <p>Pone cuidado y atención en lo que hace o dice</p> | | |
| <p>EVIDENCIA DE APRENDIZAJE:</p> <ul style="list-style-type: none"> Al realiza los movimientos marcados, identifica su lado derecho del izquierdo con seguridad. Ejecuta los movimientos al compás de la música. Ejecuta una pequeña coreografía dramatizando las virtudes de María | | | | |

SECUENCIA PEDAGÓGICA

| | SECUENCIA | RECURSOS TECNOLÓGICOS |
|-------------------|---|---|
| <p>INICIO</p> | <ul style="list-style-type: none"> Presentación | |
| <p>DESARROLLO</p> | <ul style="list-style-type: none"> Realizamos ejercicios de calentamientos. Ejecución de pasos básicos. Dialogamos sobre las virtudes de nuestra Madre María Escuchamos la canción "Contigo María" Interpretamos la letra de la canción con movimientos y pasos básicos de ballet (demi plies, Tendu, retires, etc) Ordenamos los movimientos y pasos, ejecutamos la coreografía. | <p>App musicales Deezer y Spotify</p> |

| | | |
|--------|---|--|
| CIERRE | <ul style="list-style-type: none">• Despedida con reverencia. | |
|--------|---|--|



UNIDAD 3

I. DATOS INFORMATIVOS

- 1.1. PROFESOR RESPONSABLE: Ada Reyko Kuniyoshi Oshiro
 1.2. ÁREA : Ballet
 1.3. NIVEL : PRIMARIA
 1.4. CICLO Y GRADO : III – 1ER Y 2DO GRADO
 1.5. DURACIÓN : Del 2 de agosto al 8 de octubre

II. TÍTULO DE LA UNIDAD:

“En el marco del Bicentenario de la Independencia del Perú promovemos una vida orientada al servicio y el amor al prójimo como Domingo de Guzmán”.

III. ENFOQUES TRANSVERSALES, VIRTUDES Y ACTITUDES

| ENFOQUES TRANSVERSALES | VIRTUDES | VIRTUDES ESPECÍFICAS | ACTITUDES | ACTITUD OBSERVABLE |
|--------------------------------------|-----------|----------------------|--|--|
| Enfoque de derechos | Caridad | Tolerancia | Disposición a elegir de manera voluntaria y responsable la propia forma de actuar dentro de una sociedad. | Pone cuidado y atención en lo que hace o dice. |
| | Justicia | Libertad | Disposición a conocer, reconocer y valorar los derechos individuales y colectivos que tenemos las personas en el ámbito privado y público | Asume la responsabilidad de sus actos. |
| Enfoque de búsqueda de la excelencia | Fortaleza | Paciencia | Disposición para adaptarse a los cambios, modificando si fuera necesario la propia conducta para alcanzar determinados objetivos cuando surgen dificultades, información no conocida o situaciones nuevas. | Mantiene tranquilidad al esperar su turno en las diferentes actividades. |

| | | | | |
|--|--|---------------------|---|------------------------------------|
| | | Laboriosidad | Disposición a adquirir cualidades que mejorarán el propio desempeño y aumentarán el estado de satisfacción consigo mismo y con las circunstancias | Se esfuerza por cumplir sus tareas |
|--|--|---------------------|---|------------------------------------|

IV. PROPÓSITOS DE APRENDIZAJE Y EVALUACIÓN

| COMPETENCIAS | SE DESENVUELVE DE MANERA AUTÓNOMA A TRAVÉS DE SU MOTRICIDAD | | | | |
|--|---|---|--|--|--|
| CAPACIDADES | DESEMPEÑOS (MINEDU) | CAMPO TEMÁTICO | DESEMPEÑOS PRECISADOS | EVIDENCIAS DE APRENDIZAJE | INSTRUMENTOS DE EVALUACIÓN |
| <ul style="list-style-type: none"> • Comprende su cuerpo. • Se expresa corporalmente | <p>Primer grado</p> <ul style="list-style-type: none"> • Explora de manera autónoma las posibilidades de su cuerpo en diferentes acciones para mejorar sus movimientos (saltar, correr, lanzar) al mantener y/o recuperar el equilibrio en el espacio y con los objetos, cuando utiliza conscientemente distintas bases de sustentación, así, conoce en sí mismo su lado dominante. • Se orienta en un espacio y tiempo determinados, reconociendo su lado izquierdo y derecho, y a través de las nociones “arriba – abajo”, “dentro – fuera”, “cerca – lejos”, con relación a sí mismo y de | <ul style="list-style-type: none"> • Pasos de desplazamiento: skips, galopes, conejitos, maripositas, marcha clásica, caminata y corrida clásica. • Postura: cuerpo, piernas, pies. • Colocación de brazos y manos. • Pasos básicos: demi plies, tendus, relevés, retirés. • Posiciones de brazos: preparatoria, primera, segunda y quinta. • Posiciones de pies: primera, segunda y sexta. • Secuencias rítmicas básicas con palmadas, claves o panderetas. | <ul style="list-style-type: none"> • Realiza pasos básicos del ballet de manera autónoma manteniendo una correcta colocación del cuerpo. • Realiza movimiento de coordinación óculo-manual al ejecutar los diferentes pasos básicos de ballet. | <ul style="list-style-type: none"> • Realiza los pasos básicos manteniendo una correcta postura del cuerpo (espalda erguida, estómago sumido) • Realiza los tendu con las piernas y pies bien estirados. • Ejecuta los ejercicios de flexibilidad demostrando amplitud en sus movimientos • Realiza secuencias | <p>Lista de asistencia Lista de Cotejo</p> |

| | | | | | |
|--|--|--|--|--|--|
| | <p>acuerdo a sus intereses y necesidades.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Explora nuevos movimientos y gestos para representar objetos, personajes, estados de ánimo y ritmos sencillos de distintos orígenes: de la naturaleza, del propio cuerpo, de la música, etc. • Se expresa motrizmente para comunicar sus emociones (miedo, angustia, alegría, placer, torpeza, inhibición, rabia, entre otros) y representa en el juego acciones cotidianas de su familia y de la comunidad, afirmando su identidad personal. <p>Segundo grado</p> <ul style="list-style-type: none"> • Explora de manera autónoma sus posibilidades de movimiento al realizar con seguridad y confianza habilidades motrices básicas, mediante movimientos coordinados según sus intereses, necesidades y posibilidades. • Se orienta en el espacio y tiempo en relación a sí mismo y a otros puntos de | <ul style="list-style-type: none"> • Secuencias coreográficas de pasos ya aprendidos. • Desarrollo de coreografías “Vals de las Flores” (1er grado) y “Carnaval de los animales” (2do grado) | | <p>coreográfica coordinando los movimientos y al compas de la música .</p> | |
|--|--|--|--|--|--|

| | | | | | |
|--|--|--|--|--|--|
| | <p>referencia, reconoce sus posibilidades de equilibrio con diferentes bases de sustentación en acciones lúdicas.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Resuelve situaciones motrices al utilizar su lenguaje corporal (gesto, contacto visual, actitud corporal, apariencia, etc.), verbal y sonoro que le ayudan a sentirse seguro, confiado y aceptado. • Utiliza su cuerpo y el movimiento para expresar ideas y emociones en la práctica de actividades lúdicas con diferentes tipos de ritmos y música para expresarse corporalmente y usando diversos elementos. | | | | |
|--|--|--|--|--|--|

V.DISEÑO DE LUZ Y VERDAD: COMPETENCIAS, CAPACIDADES Y CAMPO TEMÁTICO.

| Título de la unidad | Competencia / Capacidades LYV | | | Campos temáticos LYV | Producto o evidencia de aprendizaje |
|---------------------|---|-----------------------------------|---|----------------------|-------------------------------------|
| | Contemplar la realidad desde la Luz y la Verdad | Predicar a Dios como luz y verdad | Promover la dignidad del hombre para su salvación | | |
| | | | | | |

| | | | | | |
|--|---|---|---|---------------------------------|---|
| | | | | | |
| Unidad 2 “En el marco del Bicentenario de la Independencia del Perú promovemos una vida orientada al servicio y el amor al prójimo como Domingo de Guzmán.” | IDENTIFICAR Percibe INTERPRETA Exterioriza | - | - | Conservación del medio ambiente | Danza: “Maravillas del mar” Representamos la importancia y cuidados de los animales como creación de Dios. |

VI. SITUACIÓN SIGNIFICATIVA

La actualidad tras pasar por un largo tiempo de “estado de emergencia” la sociedad se ha adaptado a diversos cambios desde nuestra convivencia, forma de trabajo, modo de educación, etc. A la vez se observa una serie de valores como la disciplina, tolerancia, paciencia y fortaleza, pero no todos logran reflejar buenas actitudes ya que, por medio de las diferentes fuentes de comunicación, se observa delincuencia, falta de compromiso, aceleración y poca empatía con el prójimo. Por ello en la Institución Educativa “Mater Christi” se genera constantemente momentos reflexivos, ya sea en tutoría, escuela de padres, charlas espirituales a maestros, donde se motiva e incrementa la dimensión espiritual de la comunidad educativa, de esta manera desde el área de Comunicación, se centra en desarrollar dos enfoques transversales específicos “Enfoque de Derechos y Enfoque de Búsqueda de la excelencia” por medio de valores y actitudes observables se logrará fomentar e incrementar actitudes favorables para una buena convivencia escolar.

1. Situaciones relacionadas al cuidado de la salud, el ambiente y la sobrevivencia.
2. Situaciones relacionadas a la convivencia en el hogar.
3. Situaciones relacionadas a la ciudadanía y el bien común.
4. Situaciones relacionadas al bienestar emocional.
5. Situaciones relacionadas al uso del tiempo libre.

En tal sentido planteamos las siguientes preguntas ¿Qué acciones debemos desarrollar para promover actitudes resilientes y proactivas?, ¿Qué medidas de seguridad se deben implementar en nuestros hogares? ¿Es posible implementar acciones formativas para generar una cultura preventiva en toda la comunidad

educativa?

La presente unidad tiene como finalidad que los estudiantes desarrollen las competencias de “Gestiona proyectos de emprendimiento económico o social”, que les permita trabajar cooperativamente para crear una alternativa de solución a una necesidad o problema de su entorno, a través de un bien o servicio, valide sus ideas con posibles usuarios y seleccione, en función de la pertinencia y viabilidad, una de ellas.

VII. SECUENCIA DE SESIONES

| FECHA | N° DE SESIÓN | NOMBRE DE LA SESIÓN |
|---------------------------------------|--------------|--|
| Del 2 de agosto al 6 de agosto | 1 | Bienvenida al III Bimestre. |
| Del 9 de agosto al 20 de agosto | 2 | Ejercitando nuestro cuerpo |
| Del 23 de agosto al 3 de setiembre | 3 | Desarrollando nuestra coordinación y flexibilidad |
| Del 6 de setiembre al 17 de setiembre | 4 | Seguimos desarrollando nuestra coordinación y flexibilidad |
| Del 20 de setiembre al 8 de octubre | 5 | No nos detenemos, seguimos en movimiento. |

V. MATERIALES Y RECURSOS

MATERIALES Y RECURSOS TECNOLÓGICOS

Visuales:

* Medios impresos, gráficos y videos.

* Diapositivas

* Carteles, murales

Auditivos:

* Aplicaciones de música: Deezer, Spotify

Audiovisuales:

* Video

* Laptop

- Plataforma ZOOM
- Cuenta de GMAIL
- Aula virtual Classroom
- Asistencia interactiva CLASSDOJO
- Presentaciones en Prezzi y Canva

Ada Reyko Kuniyoshi Oshiro
DOCENTE

Maria Milagros Meza
COORDINADORA DEL ÁREA



PLANIFICACIÓN ANUAL DEL SEGUNDO GRADO DE EDUCACIÓN PRIMARIA

I. DATOS INFORMATIVOS

| | | | | | |
|-----------------------------------|-----|--|----|--------|--|
| DIRECCIÓN REGIONAL DE EDUCACIÓN | | LIMA METROPOLITANA | | | |
| UNIDAD DE GESTIÓN EDUCATIVA LOCAL | | UGEL 07 | | | |
| INSTITUCIÓN EDUCATIVA | | Mater Christi | | | |
| ÁREA INVOLUCRADAS | | Educación física, Ballet y Tae kwon do | | | |
| CICLO | III | GRADO | 2° | GRUPOS | |
| DIRECTOR (a) | | Hermana Ana Lucía Ramírez Morales | | | |
| SUB DIRECTOR (a) | | Sra. Alicia Rocío Berrocal Cabrera | | | |
| DOCENTE | | Jose Sanchez, Ada Kuniyoshi, Angelo Meza | | | |

II. ESTÁNDAR DE APRENDIZAJE (PROGRAMA CURRICULAR DE EDUCACIÓN ...)

| EDUCACIÓN FÍSICA, BALLE, TKD | |
|---|--|
| COMPETENCIA | DESCRIPCIÓN DEL NIVEL DE LA COMPETENCIA |
| Se desenvuelve de manera autónoma a través de su motricidad | Se desenvuelve de manera autónoma a través de su motricidad cuando comprende cómo usar su cuerpo en las diferentes acciones que realiza utilizando su lado dominante y realiza movimientos coordinados que le ayudan a sentirse seguro en la práctica de actividades físicas. Se orienta espacialmente en relación a sí mismo y a otros puntos de referencia. Se expresa corporalmente con sus pares utilizando el ritmo, gestos y movimientos como recursos para comunicar. |
| Asume una vida saludable | Asume una vida saludable cuando diferencia los alimentos saludables de su dieta personal y familiar, los momentos adecuados para ingerirlos y las posturas que lo ayudan al buen desempeño en la práctica de actividades físicas, recreativas y de la vida cotidiana, reconociendo la importancia del autocuidado. Participa regularmente en la práctica de actividades lúdicas identificando su ritmo cardiaco, respiración y sudoración; utiliza prácticas de activación corporal y psicológica antes de la actividad lúdica. |
| Interactúa a través de sus habilidades socio motrices | Interactúa a través de sus habilidades socio motrices al aceptar al otro como compañero de juego y busca el consenso sobre la manera de jugar para lograr el bienestar común y muestra una actitud de respeto evitando juegos violentos y humillantes; expresa su posición ante un conflicto con intención de resolverlo y escucha la posición de sus compañeros en los diferentes tipos de juegos. Resuelve situaciones motrices a través de estrategias colectivas y participa en la construcción de reglas de juego adaptadas a la situación y al entorno, para lograr un objetivo común en la práctica de actividades lúdicas. |
| COMPETENCIAS TRANSVERSALES MINEDU-LYV (TODAS LAS ÁREAS) | |
| Se desenvuelve en los entornos virtuales generados por las TIC | Se desenvuelve en los entornos virtuales cuando analiza y ejecuta procedimientos para elaborar o modificar objetos virtuales que representan y comunican vivencias en espacios virtuales adecuados a su edad, realizando intentos sucesivos hasta concretar su propósito. |
| Gestiona su aprendizaje de manera autónoma | Gestiona su aprendizaje al darse cuenta de lo que debe aprender al preguntarse qué es lo que aprenderá y establecer aquello que le es posible lograr para realizar la tarea. Comprende que debe organizarse y que lo planteado incluya acciones cortas para realizar la tarea. Monitorea sus avances respecto a la tarea al evaluar con facilitación y retroalimentación externas un proceso de trabajo y los resultados obtenidos siendo ayudado para considerar el ajuste requerido y disponerse al cambio. |

| | |
|--|---|
| Contemplar la realidad desde la Luz y la Verdad | Identificar, organizar, analizar e interpretar la realidad personal y del mundo con sus luces y sombras, con los principios de Luz y Verdad. Desde el ambiente en que se encuentran juzgar críticamente con criterio ético - cristiano. Contemplar a Jesucristo como modelo de hombre y salvador para actuar como él en cualquier contexto y situación. |
| PREDICAR A DIOS COMO LUZ Y VERDAD | Identificar que la Palabra de Dios es Dios mismo, Dios Luz y en Él no existe tinieblas, Dios Verdad que se revela en Jesucristo; y que se confirma en el hombre a través de sus promesas cumplidas. Al estudiar, comprender y reflexionar la Verdad trascendente contenida en la Palabra, descubre su identidad como hijo amado de Dios y la sabiduría Providente al crear la naturaleza, la perfección del hombre, de los animales, de las cosas creadas para conocerlas, investigarlas y co-crear una generación que predica la Luz y la Verdad y que sabe usar su libertad logrando potenciar recursos para una vida de calidad humana y espiritual. |
| Promover la dignidad del hombre para su salvación | Toma la decisión de promover la dignidad del hombre, de ser hijo de Dios hecho a su imagen y semejanza en todas sus dimensiones, (espiritual, ético-moral, intelectual, emocional, físico y social) asumiendo el compromiso personal a través de un proyecto de vida basado en el amor y confianza en Dios Providente, propone, fomenta/ restaura, la transformación del mundo y promover/argumentar la construcción de una sociedad más justa, solidaria y fraterna orientada a la santidad. |

III. SITUACIONES (MINEDU)

| SITUACIONES |  DESCRIPCIÓN |
|--|--|
| Salud y conservación ambiental | Las situaciones se orientan a promover la salud desde una mirada integral, entendiéndola como un equilibrio del bienestar físico, mental, emocional y social; considerando también las relaciones y el equilibrio entre los seres que habitan en el planeta desde una mirada de sostenibilidad ambiental, en el marco del buen vivir. Además, la salud es asumida también como un derecho que debe ser garantizado por el estado en un marco de equidad. Así también, la salud desde una perspectiva que incluya y articule los diferentes tipos de conocimiento, cosmovisiones y saberes de los pueblos indígenas y originarios, que permita entender la salud desde una perspectiva colectiva, estar bien en comunidad, a práctica de la salud intercultural. |
| Ciudadanía y convivencia en la diversidad | Las situaciones se orientan a desarrollar la reflexión sobre la ciudadanía comprendida como el conjunto de aspectos vinculados con la defensa de los derechos humanos, la pertenencia a la comunidad afroperuana, a un pueblo indígena, a un territorio o país; así como la manera cómo nos relacionamos en la sociedad, la calidad de las relaciones humanas, la participación en la búsqueda del bien común y del buen vivir, y de una sociedad inclusiva, libre de discriminación y violencia. Estas situaciones pueden considerar las dimensiones sociales, política, económica, histórica, ética, cultural o ambiental; y desarrollarse a nivel familiar , local, regional, nacional o global. |
| Logros y desafíos del país en el bicentenario | Las situaciones se orientan a desarrollar la reflexión desde distintas narrativas o perspectivas, sobre lo que ha significado construir el Perú actual y lo que significa para cada pueblo, comunidad o generación pensar en el futuro desde una mirada común hacia el país que queremos. Así, también, el reconocimiento de los derechos sociales y culturales a los largo de la historia republicana y analizar cuál es la situación y las demandas actuales de la ciudadanía (grupos sociales, colectivos, pueblos indígenas u originarios) con perspectiva de un futuro que contribuya a enfrentar los desafíos que tenemos como país diverso. |
| Descubrimiento e innovación | Las situaciones orientan a la exploración, observación, comprensión y cuestionamiento del mundo que nos rodea, a fin de satisfacer la curiosidad o solucionar algún problema o necesidad personal o colectiva. Así mismo, el abordaje de estas situaciones genera una forma de percibir la realidad que lo lleva |

| | |
|---|--|
| | a un cambio de paradigma, que en algunos casos lo puede llevar a crear y diseñar algunos objetos y/o soluciones, que complementan y reconocen los saberes locales y globales, a partir de su recreación, adaptación, o adecuación. |
| Trabajo y emprendimiento en el siglo XXI | Las situaciones se orientan a una reflexión de las necesidades no satisfechas o de problemas económicos, sociales, ambientales u otros que afectan a las personas. Estas necesidades o problemas se hacen frente a partir del emprendimiento social o económico, haciendo uso sostenible de los recursos que brinda el contexto de manera creativa, con eficiencia y eficacia, en conjunto con técnicas y estrategias necesarias para alcanzar objetivos individuales o colectivos. Estas situaciones también implican el reconocimiento y valoración de las artes-oficios que se practican desde el trabajo comunitario y la transmisión intergeneracional. |

IV. ENFOQUES TRANSVERSALES

| MINEDU | | | DISEÑO LUZ Y VERDAD | | | | | |
|----------|---------------------------|----------------------------|---------------------|--------------------------|---------|---|--|--|
| BIMESTRE | ENFOQUES | VALORES | VIRTUD GENERAL | VIRTUD ESPECÍFICA | NIVELES | | | ACTITUDES OBSERVABLES (EL DOCENTE ELEGIRÁ O MODIFICARÁ SEGÚN LA NECESIDAD) |
| | | | | | I | P | S | |
| I | DE DERECHOS | CONCIENCIA DE DERECHOS | FE | FIDELIDAD | | | X | - Es leal a sus principios. |
| | | | PRUDENCIA | TOLERANCIA | X | X | X | - Conoce los derechos de la persona de acuerdo con la Constitución Peruana |
| | | LIBERTAD Y RESPONSABILIDAD | JUSTICIA | LIBERTAD | | X | X | - Asume la responsabilidad de sus actos. - Se compromete a hacer buen uso de su libertad. - Demuestra capacidad para la toma de decisiones. |
| | | | FORTALEZA | RESPONSABILIDAD | X | X | X | - Pone cuidado y atención en lo que hace o dice. - Propone alternativas de solución frente a un determinado problema. - Asume con valentía las consecuencias de sus acciones |
| | | DIALOGO Y CONCERTACIÓN | PRUDENCIA | TOLERANCIA | | X | X | - Acepta las opiniones de los demás sin criticar. - Debate con respeto y altura. |
| II – IV | ORIENTACIÓN AL BIEN COMÚN | EQUIDAD Y JUSTICIA | CARIDAD | PERDÓN | X | X | | - Asume el daño causado a sus compañeros. - Acepta las disculpas de sus compañeros y se reconcilia olvidando el daño ocasionado. - Disfruta haciendo el bien a los demás. |
| | | | CARIDAD | MISERICORDIA – COMPASIÓN | | | X | - Reconoce que el daño causado al prójimo merece una justa reparación |
| | | | MISERICORDIA – | | | X | - Ayuda desinteresadamente al prójimo. | |

| | | | | | | | | | |
|--|--|-----------------|-----------|-----------------|----------|---|---|--|---|
| | | SOLIDARIDAD | CARIDAD | COMPASIÓN | | | | - Se involucra activamente ante el dolor y necesidades de los demás | |
| | | | PRUDENCIA | AUDACIA | | | X | - Influye en ambientes hostiles y materiales para generar cambios en las personas apoyados en la fe y esperanza - Se enfrenta a las adversidades con fe en las promesas divinas | |
| | | EMPATÍA | CARIDAD | FRATERNIDAD | X | X | | | - Acoge con amor al hermano que lo necesita. - Propicia un ambiente positivo en su aula y fuera de ella. - Muestra gestos de acogida con sus compañeros. |
| | | | JUSTICIA | PAZ | X | X | X | | - Muestra tranquilidad ante las adversidades - Sabe resolver conflictos con actitud asertiva - Cuida de no caer en actos de violencia - Crea un clima fraterno donde se viva con total tranquilidad - Es conciliador |
| | | RESPONSABILIDAD | JUSTICIA | BIEN COMÚN | | | | X | - Valora el bien como el único camino para alcanzar la felicidad - Se preocupa por el bien de todos - Toma en cuenta lo que favorece a todo el grupo - Posterga sus posturas personales por el bienestar del grupo - Cuida y valora los bienes de su entorno - Reconoce los valores necesarios para una buena convivencia escolar (respeto, solidaridad, amistad, generosidad, sinceridad, lealtad, prudencia) |
| | | | FORTALEZA | RESPONSABILIDAD | X | X | | | - Cuida los materiales que utiliza. - Cumple con sus obligaciones en el tiempo establecido - Pone cuidado y atención en lo hace o dice - Propone alternativas de solución frente a un determinado problema - Asume con valentía las consecuencias de sus acciones |
| | | PROMOCIÓN | | TEMPLANZA | CASTIDAD | | | X | - Cuida de su cuerpo como templo del Espíritu Santo. - Respeta su cuerpo como medio de salvación - Guarda la pureza del corazón, evitando malos pensamientos - Evita toda acción contraria a la pureza - Sabe guardar el pudor |

| | | | | | | | | |
|-------------|-----------------------|--|-----------------------|-------------------------|-----------|-------------|---|---|
| I-II-III-IV | DE LA DIGNIDAD HUMANA | | FE | PIEDAD | X | X | X | <ul style="list-style-type: none"> - Invoca el auxilio y la intercesión de los santos y mártires. - Saluda a Jesús Eucaristía haciendo la genuflexión u otro gesto de reverencia. - Reza por las almas del purgatorio (el credo y/o ave María) - Participa con fervor en la Lectio Divina y las oraciones a María Inmaculada (Ángelus, Rosario) - Participa con respeto, devoción, fervor y confianza en los sacramentos y actos litúrgicos. |
| | | | PRUDENCIA | ECUANIMIDAD | X | X | X | <ul style="list-style-type: none"> - Tiene auto dominio y autoestima. - Muestra serenidad ante las dificultades controlando sus emociones. - Piensa antes de emitir un juicio. - Emite comentarios cuando tiene la información oportuna y adecuada |
| II | AMBIENTAL | SOLIDARIDAD PLANETARIA Y EQUIDAD INTERGENERACIONAL | JUSTICIA | GRATITUD | X | X | | <ul style="list-style-type: none"> - Reconoce la creación dada por Dios, la valora y agradece por lo que tiene. |
| | | | CARIDAD | SERVICIO | X | X | X | <ul style="list-style-type: none"> - Sabe estar en actitud permanente de acción y donación. - Participa en acciones sociales de bien común. - Está atento a las necesidades de los demás. |
| | | | JUSTICIA | ORDEN | X | X | | <ul style="list-style-type: none"> - Respeta a los demás poniendo cada cosa en su lugar |
| | | JUSTICIA Y SOLIDARIDAD | CARIDAD | GENEROSIDAD | | X | X | <ul style="list-style-type: none"> - Realiza actos de solidaridad - Realiza actos con esfuerzo, con criterio dirigidos al bien de los demás. |
| | | | CARIDAD | FRATERNIDAD | X | X | X | <ul style="list-style-type: none"> - Crea un clima de armonía en el entorno donde se desenvuelve. |
| | | RESPECTO A TODA FORMA DE VIDA | JUSTICIA | RESPECTO | | X | X | <ul style="list-style-type: none"> - Realiza actos de cuidado y respeto al medio ambiente. |
| | | | FORTALEZA | RESPONSABILIDAD | X | X | X | <ul style="list-style-type: none"> - Asume con valentía las consecuencias de sus acciones respecto al cuidado del medio ambiente. |
| | | II - IV | DE BÚSQUEDA DE LA EXC | FLEXIBILIDAD Y APERTURA | TEMPLANZA | MANSEDUMBRE | | |

| | | | | | | | |
|---------|---------------------|-----------|---------------|---|---|---|--|
| ELENCIA | | TEMPLANZA | HUMILDAD | | X | X | <ul style="list-style-type: none"> - Evita ensalzarse ante los demás. - Se reconoce hijo de Dios. - Reconoce sus limitaciones. |
| | | TEMPLANZA | SENCILLEZ | | X | X | <ul style="list-style-type: none"> - Se expresa con lenguaje comprensible y adecuado a la ocasión. - Evita hablar en todo momento de sus logros, aciertos y reconocimientos alcanzados. - Evita hacer preguntas y comentarios para sobresalir. |
| | | CARIDAD | PACIENCIA | X | X | X | <ul style="list-style-type: none"> - Espera su turno respetando al otro. - Se organiza con calma sin desesperarse ni molestarse. - Responde a situaciones difíciles sin alterarse. - Tolera los diferentes ritmos y estilos de aprendizaje de sus compañeros. |
| | SUPERACIÓN PERSONAL | TEMPLANZA | ESTUDIO | | X | X | <ul style="list-style-type: none"> - Es perseverante y metódico en el estudio. - Asume con responsabilidad una autonomía intelectual. - Planifica su tiempo de estudio en base a un cronograma de tareas |
| | | FE | OBEDIENCIA | X | X | | <ul style="list-style-type: none"> - Evita las excusas que le impiden el logro de un bien en su perfección personal. - Comprende y obedece las normas morales que le permiten lograr una vida virtuosa |
| | | FE | FIDELIDAD | | | X | <ul style="list-style-type: none"> - Reconoce que el trabajo bien hecho es fuente de éxito. |
| | | FORTALEZA | PERSEVERANCIA | | | X | <ul style="list-style-type: none"> - Mantiene una motivación alta para finalizar la tarea, sabiendo que es un bien que le perfecciona y lo prepara para el futuro - Mantiene una voluntad firme hacia el logro de sus capacidades sin esperar recompensa - Frente a las dificultades internas o externas, favorables o desfavorables, logra perfeccionarse en todas las dimensiones de su persona - Toma decisiones acertadas - Muestra constancia en resolver retos que lo perfeccionan - Muestra seguridad y constancia en el desarrollo de sus tareas - Interpreta las indicaciones dadas como un bien y las sigue fielmente |
| | | FORTALEZA | LABORIOSIDAD | X | X | | <ul style="list-style-type: none"> - Se esfuerza y cumple con diligencia las actividades asignadas. |

| | | | | | | | | |
|-----|---------------|----------------------------------|-----------|-------------|---|---|---|---|
| | | | FORTALEZA | PUNTUALIDAD | X | X | X | <ul style="list-style-type: none"> - Organiza su tiempo de manera responsable - Ingresa a las actividades escolares respetando los tiempos establecidos. - Cumple en el envío de sus actividades en el plazo establecido. |
| | | | FORTALEZA | ABNEGACION | | | X | <ul style="list-style-type: none"> - Es disciplinado en el logro de sus metas y propósitos - Ofrece a Dios sus logros y fracasos - Es consecuente en el logro de sus metas |
| | | | JUSTICIA | ORDEN | x | x | | <ul style="list-style-type: none"> - Sabe organizar su tiempo y se concentra en lo que hace - Evita distraerse y presta atención a su clase - Cumple con sus responsabilidades encomendadas - Distribuye bien su tiempo libre aprovechándolo de la mejor manera |
| | | | PRUDENCIA | AUDACIA | | X | X | <ul style="list-style-type: none"> - Supera sus temores con coraje - Asume riesgos con actitud optimista y proactiva - Emprende con seguridad los retos propios de su proyecto de vida - Promueve alternativas de solución con ideas innovadoras |
| | | | PRUDENCIA | ECUANIMIDAD | X | X | | <ul style="list-style-type: none"> - Se reconoce como un ser único e irrepetible, dueño de sus acciones y reacciones |
| III | INTERCULTURAL | RESPECTO A LA IDENTIDAD CULTURAL | JUSTICIA | RESPECTO | X | X | X | <ul style="list-style-type: none"> - Cumple con las normas de convivencia - Respeta los bienes ajenos |
| | | JUSTICIA | CARIDAD | VERACIDAD | | X | X | <ul style="list-style-type: none"> - Se expresa con libertad, veracidad y asertividad a su prójimo. - Actúa con sinceridad y honestidad frente a diversas circunstancias. |
| | | DIALOGO INTERCULTURAL | PRUDENCIA | TOLERANCIA | | X | X | <ul style="list-style-type: none"> - Acepta las opiniones de los demás sin criticar. - Debate con respeto y altura |
| III | INCLUSIVO | RESPECTO POR LAS DIFERENCIAS | JUSTICIA | RESPECTO | X | X | X | <ul style="list-style-type: none"> - Respeta y valora la opinión de los demás - Mantiene ecuanimidad, en los momentos de verdad, en todo tiempo |
| | | | CARIDAD | GENEROSIDAD | X | X | X | <ul style="list-style-type: none"> - Acepta las diferencias del prójimo y las valora. |
| | | | FE | OBEDIENCIA | X | X | | <ul style="list-style-type: none"> - Asume una actitud empática evitando el bullying |

| | | | | | | | |
|--|-------------------------------|-----------|-------------------------|---|---|---|--|
| ATE NCIÓ N A LA DIVE RSID AD | EQUIDAD EN LA ENSEÑANZA | CARIDAD | MISERICORDIA | X | X | X | <ul style="list-style-type: none"> - Se involucra ayudando desinteresadamente al prójimo en sus necesidades. - Reconoce y elogia lo bueno en sus compañeros, evitando la ofensa y/o los agravios en público o privado. - Corrige al otro en forma personal, a solas y buscando su mejora personal. |
| | | CARIDAD | GENEROSIDAD | X | X | X | <ul style="list-style-type: none"> - Comparte con agrado sus conocimientos y habilidades con sus compañeros. |
| | CONFIANZA EN LA PERSONA | ESPERANZA | CONFIANZA – PROVIDENCIA | | X | X | <ul style="list-style-type: none"> - Anima a los demás a ser proactivos - Es optimista en todo momento. |
| | | PRUDENCIA | AUDACIA | | | X | <ul style="list-style-type: none"> - Muestra actitudes de resiliencia como producto de su confianza absoluta en Dios Providente. |
| | | CARIDAD | AMISTAD | X | X | X | <ul style="list-style-type: none"> - Brinda un buen consejo al que lo necesita. - Se preocupa por la perfección del otro en todas las dimensiones de su Ser. (espiritual, ético -moral, intelectual, físico, social) - Muestra preocupación por el compañero que más lo necesita. - Utiliza la corrección fraterna para ayudar a sus compañeros. - Motiva a sus compañeros a responder a sus compromisos - Valora y elogia los trabajos de sus compañeros. |
| | | ESPERANZA | ALEGRIA | | | X | <ul style="list-style-type: none"> - Valora las diferencias personales, aceptando al otro como un bien, predilección de Dios y no solo por lo que tiene y puede hacer u obtener de él. |

V. CALENDARIZACIÓN DEL AÑO ESCOLAR:

| Nro. EXPERIENCIA DE APRENDIZAJE | FECHAS | SEMANAS |
|-------------------------------------|--------------------------------------|------------------|
| Semana Gestión 1 y 2 | 14 de febrero a 28 de febrero | 2 semanas |
| Semana Lectiva (Diagnostica) | 03 marzo al 11 de marzo | 2 semanas |

| | | |
|------------------|----------------------------------|-------------------|
| Semana Lectiva | 14 de marzo al 06 de mayo | 8 semanas |
| Semana Gestion 3 | 09 de mayo al 13 de mayo | 1 semana |
| Semana Lectiva | 16 de mayo al 22 de julio | 10 semanas |
| Semana Gestión 4 | 01de agosto al 05 de agosto | 1 semana |
| Semana Lectiva | 08 de agosto al 07 de octubre | 9 semanas |
| Semana Gestion 5 | 10 de octubre al 14 de octubre | 1 semana |
| Semana Lectiva | 17 de octubre al 21 de diciembre | 9 semanas |
| TOTAL | | 43 semanas |

VI. COMPETENCIAS A SER MOVILIZADAS

| PRIMER SEMESTRE | |
|-----------------------------------|---|
| ÁREA EDUCACIÓN FÍSICA, BALLE, TKD | Se desenvuelve de manera autónoma a través de su motricidad |
| | Asume una vida saludable |
| | Interactúa a través de sus habilidades socio motrices |
| SEGUNDO SEMESTRE | |
| ÁREA EDUCACIÓN FÍSICA, BALLE, TKD | Se desenvuelve de manera autónoma a través de su motricidad |
| | Asume una vida saludable |
| | Interactúa a través de sus habilidades socio motrices |

VII. ORGANIZACIÓN DE LAS SITUACIONES Y TÍTULOS DE LA EXPERIENCIAS DE APRENDIZAJE:

| N° | SITUACIÓN | TÍTULO DE LA EXPERIENCIA | DURACIÓN | FECHAS |
|----|--|--|-----------|---------------------------|
| 0 | Ciudadanía y convivencia en la diversidad. | Los acuerdos para cuidar la salud | 3 semanas | 15 marzo al 23 de abril |
| 1 | Ciudadanía y convivencia en la diversidad | Nos sentimos bien al jugar en familia | 3 semanas | 26 de abril al 14 de mayo |
| 2 | Salud y conservación ambiental | Cuidamos nuestra salud (equilibrio del bienestar físico, mental, emocional y social) | 3 semanas | 24 de mayo al 11 de junio |

| | | | | |
|-----------|---|--|------------------|------------------------------------|
| 3 | Ciudadanía y convivencia en la diversidad | Así me muevo, así soy yo | 3 semanas | 14 de jun al 02 de julio |
| 4 | Logros y desafíos del país en el bicentenario | El Perú mega diverso en 200 años de independencia | 3 semanas | 05 al 23 de julio |
| 5 | Descubrimiento e innovación | ¿y cómo lo hicimos? | 3 semanas | 09 al 27 de agosto |
| 6 | Salud y conservación ambiental | Cuidamos nuestra salud promoviendo una cultura alimentaria saludable | 3 semanas | 30 agosto al 17 de Setiembre |
| 7 | Descubrimiento e innovación | Descubriendo nuevas formas de practicar actividad física | 3 semanas | 20 de setiembre al 08 de octubre |
| 8 | Salud y conservación ambiental | Promovemos acciones que nos ayuden a conservar la biodiversidad | 4 semanas | 18 de octubre al 12 de noviembre |
| 9 | Logros y desafíos del país en el bicentenario | Mis compromisos como ciudadano que cuida su salud | 4 semanas | 22 de noviembre al 10 de diciembre |
| 10 | Logros y desafíos del país en el bicentenario | Mis compromisos como ciudadano que cuida su salud | 1 semanas | 13 de diciembre al 24 de diciembre |

VIII. MATERIALES Y RECURSOS EDUCATIVOS

| Docentes | Estudiantes |
|---|---|
| Bancos suecos, trampolines, colchonetas, tablas de pique, canasta de baloncesto, postes de voleibol, redes de voleibol, arcos de fustal, parlantes para mp3, equipo de sonido con wifi. | Instrumentos de música, pompones, bolos, conos, pelotas pequeñas, silbato, cronómetro, cintas métricas, agujas de inflar, cuerdas, aros, cintas de rítmica, balones de los deportes, raqueta de tenis, discos de atletismo, pesos (balas), jabalinas, vallas, testigos, cartulinas, plumones, sogas, ligas, pelotas de diversos tamaños, balones medicinales, otros materiales elaborados por los estudiantes de acuerdo a necesidad. Materiales disponibles en casa, yogamat, pelotas de gimnasia N°5, pañuelos. |

IX. EVALUACIÓN

| Evaluación | Orientaciones | Instrumentos |
|--------------------|--|--|
| Diagnóstica | Se realiza la evaluación diagnóstica para determinar propósito de aprendizaje en base a las necesidades identificadas, y al final de cada experiencia se realiza la reflexión de los avances y dificultades del desarrollo de la | Para definir los instrumentos de evaluación, se toma como referencia diversas técnicas o instrumentos que permiten |

| | | |
|------------------|---|--|
| | experiencia con la finalidad de realizar los reajustes correspondientes para la siguiente experiencia de aprendizaje. | recoger evidencias de aprendizaje y valorarla, emplearemos: Registro anecdótico El portafolio. Lista de cotejo Ficha de observación Rúbrica de evaluación Etc. |
| Formativa | Evaluación para el aprendizaje centrada en el aprendizaje del estudiante, realizando la retroalimentación oportuna durante todo el proceso de enseñanza aprendizaje, creando oportunidades continuas para el logro de los aprendizajes de los estudiantes. | |
| Sumativa | Al final de cada experiencia se realiza la evaluación sumativa para valorar las evidencias o productos de aprendizaje, también nos sirve para comunicar a los padres de familia, estudiantes y docentes. Informando sobre el progreso del desarrollo de las competencias. | |

X. REFERENCIA BIBLIOGRÁFICA

| Para el docente | Para el alumno |
|--|--|
| <ul style="list-style-type: none"> • Cartilla de planificación curricular- MINEDU • Barta Anna, "1000 ejercicios y juegos de gimnasia rítmica deportiva" Editorial Paidotribo, España. • Blasquez Domingo "Evaluar en Educación Física", publicaciones INDE, España, 1997. • http://museodeljuego.org/colecci%C3%B3n/libros/de-adultos/enciclopedia-completa-de-los-deportes/ | <ul style="list-style-type: none"> • Link: Estrategia "aprendo en casa" • Gustavo ponte "Manual de Educación Física y Juegos Deportivos" Editorial Colombia.2018 • Héctor Sánchez "Cuaderno de trabajo para el estudiante" Editorial Enafer.2018 • https://es.wikipedia.org/wiki/Actividad_f%C3%ADsica |

Lima, 27 de diciembre del 2021

Docente

Coordinadora de nivel

VB Dirección



PROGRAMACIÓN ANUAL 2021

I. DATOS INFORMATIVOS

| | |
|---|-----------------------------------|
| I.1. UGEL | : 07 Lima Metropolitana |
| I.2. INSTITUCIÓN EDUCATIVA | : I.E.P. "Mater Christi" |
| I.3. DIRECTORA | : Hna. Ana Lucía Ramírez |
| I.4. SUBDIRECTORA | : Alicia Rocío Berrocal Cabrera |
| I.5. CICLO – NIVEL – GRADO | : IV – PRIMARIA – 1er y 2do grado |
| I.6. ÁREA | : Ballet |
| I.7. N° DE HORAS SEMANALES | 01 |
| I.8. PROFESORA RESPONSABLE DE LA PROGRAMACIÓN | : Ada Reyko Kuniyoshi Oshiro |

II. DESCRIPCIÓN GENERAL:

En esta área se asume la tarea de ayudar a los estudiantes, con equidad, a desarrollar el Ser en todas sus dimensiones: biológica, psicológica y social, específicamente la motricidad como aspecto operativo de la personalidad. La motricidad es una dimensión del desarrollo humano que se implementa mediante la Educación Física. Su desarrollo, en este nivel, debe encaminarse hacia el logro sistemático y ascendente de capacidades y habilidades motrices cualitativamente superiores que las del nivel precedente, contribuyendo de esa manera a la salud y bienestar de los estudiantes.

A partir del análisis de la motricidad innata y espontánea y de sus características surge una idea directriz, la cual guiará la selección y el desarrollo de los contenidos más propicios para incentivar los procesos de desarrollo motor de cada fase.

Debe tenerse presente que la capacidad motriz que se pretende conseguir a lo largo de esta etapa es aquella que permita al alumno(a) aumentar su capacidad de aprendizajes motores nuevos y aplicar soluciones motrices válidas para situaciones nuevas. Debe prevalecer la enseñanza de aquellas habilidades que suponen una aplicación funcional o la adaptación a una situación o resolución de problemas de aprendizaje motor, a través de los juegos pre deportivos y actividades lúdicas sin descuidar su desarrollo motriz considerando su maduración motriz en concordancia con su edad.

Además los estudiantes necesitan nuevas formas de comunicar su mundo personal, desarrollar de manera correcta el curso de educación física les permitirá concretar su capacidad de acción, su desarrollo afectivo, su progresiva toma de conciencia y su capacidad creadora.

El ballet, otorga múltiples beneficios para las niñas tanto en el desarrollo físico como psíquico, ya que esta danza requiere de gran concentración para el dominio de todo el cuerpo, además de desarrollar la flexibilidad, coordinación y ritmo.

El ballet ayuda a fortalecer los músculos y la coordinación de los movimientos, estimula el trabajo en equipo, mejora la autoestima y ayuda a reducir el estrés. También ayuda a combatir la depresión, expresar las emociones y canalizar la adrenalina.

Consecuentemente con estos propósitos el área está organizada en capacidades y contenidos básicos. Las capacidades de área que se desarrollan son: expresión orgánico-motriz Consolida el desarrollo orgánico de los educandos respetando los procesos de maduración neurofisiológica en estas edades, atendiendo sus necesidades, intereses y demandas que contribuyen a un mejoramiento de la calidad de vida.

El área articula con el "DISEÑO SISTÉMICO DE LA PEDAGOGÍA DE LUZ Y VERDAD", que será el fundamento básico que iluminará y enriquecerá el desarrollo de las actividades formativas y pedagógicas de nuestros colegios, los cuales deben utilizarse de manera gradual en todas las áreas de enseñanza, ya que su contenido se ha fundamentado con bases espirituales, axiológicas, antropológicas y filosóficas que responden a nuestro Carisma.

El arte, como manifestación creativa y transformadora, es un vehículo con el cual se puede crear conciencia sobre el cuidado de nuestra casa común, es por eso que será fundamental en la aplicación del Proyecto institucional basado en la encíclica Laudato si "Cambias tú, cambia el mundo"

En el Marco del Bicentenario de la independencia del Perú, es necesario conocer algunas de las manifestaciones artístico culturales, que se gestaron en este proceso crucial dentro de la historia de nuestro país, afianzando así, la identidad cultural y nacional en nuestros estudiantes

III. ESTÁNDARES DE APRENDIZAJE

| COMPETENCIA | ESTANDARES DE APRENDIZAJE |
|---|--|
| Se desenvuelve de manera autónoma a través de su motricidad | Se desenvuelve de manera autónoma a través de su motricidad cuando comprende cómo usar su cuerpo en las diferentes acciones que realiza utilizando su lado dominante y realiza movimientos coordinados que le ayudan a sentirse seguro en la práctica de actividades físicas. Se orienta espacialmente en relación a sí mismo y a otros puntos de referencia. Se expresa corporalmente con sus pares de diferentes utilizando el ritmo, gestos y movimientos como recursos para comunicar. |

IV. SITUACIÓN SIGNIFICATIVA/ORGANIZACIÓN DE LAS UNIDADES

| N° UNIDAD | ENFOQUES TRANSVERSALES(MINEDU) | NOMBRE DE LA UNIDAD | CAMPO TEMÁTICO |
|-----------|---|--|---|
| I | Enfoque de derechos Enfoque de búsqueda de la excelencia | Bajo el amparo de nuestra Mater, el Perú en la búsqueda de la democracia, considerando el cuidado ambiental y el progreso de nuestro país. | <ul style="list-style-type: none"> • Pasos de desplazamiento: skips, galopes, conejitos, maripositas, marcha clásica, caminata y corrida clásica. • Postura: cuerpo, piernas, pies. • Colocación de brazos y manos. • Pasos básicos: demi plies, tendus, relevés, retirés. • Posiciones de brazos: preparatoria, primera, segunda y quinta. • Posiciones de pies: primera, segunda y sexta. • Secuencias rítmicas básicas con palmadas, claves o panderetas. |
| II | Enfoque intercultural Enfoque orientación al bien común | Celebrando el Bicentenario de la Independencia del Perú bajo el amparo de San José, valorando su historia, cultura y promoviendo el cuidado de los Recursos Naturales. | <ul style="list-style-type: none"> • Pasos de desplazamiento: skips, galopes, conejitos, maripositas, chasse al lado, marcha clásica, caminata y corrida clásica. |

| | | | |
|-----|--|--|---|
| | | | <ul style="list-style-type: none"> • Postura: cuerpo, piernas, pies y brazos. • Pasos básicos: demi plies, tendus, relevés, retires, giros sobre dos piernas y sobre una pierna. • Posiciones de brazos: preparatoria, primera, segunda y quinta. • Posiciones de pies: sexta, primera y segunda. • Combinación de 2 a más pasos aprendidos. • Desplazamientos en distintas direcciones. • Rítmica básica con palmadas, pandereta, claves. |
| III | <p>Enfoque inclusivo o atención a la diversidad Enfoque orientación al bien común</p> | <p>En el marco del Bicentenario de la Independencia del Perú promovemos una vida orientada al servicio y el amor al prójimo como Domingo de Guzmán.</p> | <ul style="list-style-type: none"> • Pasos de desplazamiento: skips, galopes, conejitos, maripositas, chasse al lado, marcha clásica, caminata y corrida clásica. • Postura: cuerpo, piernas, pies. • Pasos básicos: demi plies, tendus, relevés, retires, giros sobre dos piernas. • Posiciones de brazos: preparatoria, primera y quinta. • Posiciones de pies: sexta y primera. • Combinación de 2 a más pasos aprendidos. • Desplazamientos en distintas direcciones. • Rítmica simple con palmadas, pandereta, claves. |

| | | | |
|----|--|--|---|
| IV | Enfoque ambiental Enfoque orientación al bien común | Siguiendo el modelo de nuestra madre Hedwiges Portalet, todos unidos convivimos en fraternidad y cuidamos la creación divina. | <ul style="list-style-type: none"> • Pasos de desplazamiento: skips, galopes, conejitos, maripositas, chasse al lado, marcha clásica, caminata y corrida clásica. • Postura: cuerpo, piernas, pies. • Pasos básicos: demi plies, tendus, relevés, retires, giros sobre dos piernas, salto sobre uno y dos pies. • Posiciones de brazos: preparatoria, primera y quinta. • Posiciones de pies: sexta y primera. |
|----|--|--|---|

V. PROPÓSITOS

| COMPETENCIA | CAPACIDAD | DESEMPEÑOS | BIMESTRES | | | |
|--|---|---|-----------|----|-----|----|
| | | | I | II | III | IV |
| Se desenvuelve de manera autónoma a través de su motricidad | <ul style="list-style-type: none"> • Comprende su cuerpo. • Se expresa corporalment e | Primer grado • Explora de manera autónoma las posibilidades de su cuerpo en diferentes acciones para mejorar sus movimientos (saltar, correr, lanzar) al mantener y/o recuperar el equilibrio en el espacio y con los objetos, cuando utiliza conscientemente distintas bases de sustentación, así, conoce en sí mismo su lado dominante. | | | | |

| | | | | | | |
|--|--|--|--|--|--|--|
| | | <ul style="list-style-type: none"> • Se orienta en un espacio y tiempo determinados, reconociendo su lado izquierdo y derecho, y a través de las nociones “arriba – abajo”, “dentro – fuera”, “cerca – lejos”, con relación a sí mismo y de acuerdo a sus intereses y necesidades. • Explora nuevos movimientos y gestos para representar objetos, personajes, estados de ánimo y ritmos sencillos de distintos orígenes: de la naturaleza, del propio cuerpo, de la música, etc. • Se expresa motrizmente para comunicar sus emociones (miedo, angustia, alegría, placer, torpeza, inhibición, rabia, entre otros) y representa en el juego acciones cotidianas de su familia y de la comunidad, afirmando su identidad personal. <p>Segundo grado</p> <ul style="list-style-type: none"> • Explora de manera autónoma sus posibilidades de movimiento al realizar con seguridad y confianza habilidades motrices básicas, mediante movimientos coordinados según sus intereses, necesidades y posibilidades. • Se orienta en el espacio y tiempo en relación a sí mismo y a otros puntos de referencia, reconoce sus posibilidades de equilibrio con diferentes bases de sustentación en acciones lúdicas. <ul style="list-style-type: none"> • Resuelve situaciones motrices al utilizar su lenguaje corporal (gesto, contacto visual, actitud corporal, apariencia, etc.), verbal y sonoro que le ayudan a sentirse seguro, confiado y aceptado. <ul style="list-style-type: none"> • Utiliza su cuerpo y el movimiento para expresar ideas y emociones en la práctica de actividades lúdicas con diferentes tipos de ritmos y música para expresarse corporalmente y usando diversos elementos. | | | | |
| | | | | | | |

VI. DISTRIBUCIÓN ANUAL DEL DISEÑO DE LUZ Y VERDAD

ORGANIZACIÓN DE LAS UNIDADES

| Título de la unidad | Competencia / Capacidades LYV | | | Campos temáticos LYV | Producto o evidencia de aprendizaje |
|--|---|-----------------------------------|---|---------------------------------|---|
| | Contemplar la realidad desde la Luz y la Verdad | Predicar a Dios como luz y verdad | Promover la dignidad del hombre para su salvación | | |
| Unidad 1 “Bajo el amparo de nuestra Mater, el Perú en la búsqueda de la democracia, considerando el cuidado ambiental y el progreso de nuestro país “ | IDENTIFICAR Reconoce | - | - | Conservación del medio ambiente | Afiche acerca del cuidado de la creación de Dios empleando imágenes y 5 frases cortas en francés. |
| | - | REFLEXIONAR Ora | - | La oración del PADRE NUESTRO | Los estudiantes rezan cantando el padre nuestro en francés. |
| Unidad 2 Celebrando el Bicentenario de la Independencia del | | | | | |
| | | | | | |

| | | | | | |
|--|--|--|--|--|--|
| Perú bajo el amparo de San José, valorando su historia, cultura y promoviendo el cuidado de los Recursos Naturales. | | | | | |
| | | | | | |
| Unidad 3 “En el marco del Bicentenario de la Independencia del Perú promovemos una vida orientada al servicio y el amor al prójimo como Domingo de Guzmán.” | | | | | |
| | | | | | |
| | | | | | |
| Unidad 4 Siguiendo el modelo de nuestra madre Hedwiges Portalet, todos unidos convivimos en fraternidad y cuidamos la creación divina. | | | | | |
| | | | | | |

VII. CALENDARIZACIÓN

| BIMESTRE | INICIO | TERMINO | Nro. de semanas |
|--|---------------------|------------------------|-----------------|
| I | Lunes 1 de marzo | Viernes 7 de mayo | 10 semanas |
| II | Lunes 17 de mayo | Viernes 23 de julio | 10 semanas |
| III | Lunes 2 de agosto | Viernes 8 de octubre | 10 semanas |
| IV | Lunes 18 de octubre | Martes 17 de diciembre | 9 semanas |
| Lunes 27 de diciembre: <i>CLAUSURA AÑO ESCOLAR</i> | | | |

VIII. RECURSOS Y MATERIALES

| MATERIALES Y RECURSOS TECNOLÓGICOS | |
|--|--|
| <p>Visuales: * Medios impresos, gráficos y videos. * Diapositivas * Carteles, murales</p> <p>Auditivos: * Aplicaciones de música: Deezer, Spotify</p> <p>Audiovisuales: * Video * Laptop</p> | <ul style="list-style-type: none"> • Plataforma ZOOM • Cuenta de GMAIL • Aula virtual Classroom • Asistencia interactiva CLASSDOJO • Presentaciones en Prezzi y Canva |

IX. OBSERVACIONES

Lima, diciembre 2021

| | | | | |
|---|--|--|--|---|
| Ada Reyko Kuniyoshi Oshiro Profesora | | | | Alicia Rocío Berrocal Cabrera SUBDIRECTORA |
| | | | | |
| | | V°B° Hna. Ana Lucía Ramírez DIRECTORA | | |



**PROYECTO
PRESENTACIÓN DE
TALLERES
BALLET
TAEKWONDO**

PROYECTO N° 2

| | |
|---|--|
| 1. Denominación: “El Cascanueces” y “Tigers Taekwondo” | |
| 2. Responsables: <ul style="list-style-type: none"> • Ada Reyko Kuniyoshi Oshiro • Jose Gamarra | |
| 3. Alcances: Estudiantes (X) PP.FF. (X) Personal Docente (X) | Nivel Inicial: 3, 4 y 5 años Nivel primaria: 1er, 2do, 3er, 5to y 6to |
| Fecha de ejecución del proyecto: 22 de noviembre 2018 | |
| Inicio de presentaciones <ul style="list-style-type: none"> • Taekwondo: 10:00 a.m. • Ballet: 11:30 a.m. | |

| |
|---|
| <p>4. Objetivo :</p> <p>Ballet</p> <ul style="list-style-type: none"> • Demostrar las cualidades artísticas e histriónicas de las alumnas en una actividad programada. <p>Taekwondo</p> <ul style="list-style-type: none"> • Demostrar y exhibir las capacidades técnicas de brazos y piernas (kibom don yac) desarrolladas en el transcurso del año escolar. <p>5. Finalidad:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Promover la práctica de esta disciplina. • Mostrar las técnicas del ballet y Danza Moderna que han aprendido y practicado las alumnas. • Mostrar las técnicas de taekwondo que han aprendido y practicado los alumnos. <p>6. Descripción:</p> <p>Ballet</p> <p>“El Cascanueces”</p> <p><u>Argumento:</u></p> <p>Es víspera de Navidad y en la casa de Clara se realizan una gran fiesta y se ha invitado a todas sus amigas. Una de ellas le regala un muñeco “Cascanueces” el cual le</p> |
|---|

encanta a Clara. Bailan y juegan toda la fiesta y al terminar ésta todos se despiden y se van a dormir. Clara deja olvidado en la sala a su querido “Cascanueces” y regresa por el. Al encontrarlo algo muy extraño sucede un enorme ratón la atacan y su “Cascanueces” se convierte en un príncipe que la rescata de este ratón. Y empiezan un viaje de fantasía por el mundo mágico del príncipe Cascanueces. Les dan la bienvenida unos copitos de nieve y las hadas confites, para dar paso a danzas de fantasía e internacionales y por último un vals de las flores que les indican que el viaje culminó. Clara despierta y se da cuenta que todo fue solo un hermoso sueño.

Personajes:

- Clara y sus amigas. (2B)
- Danzas Modernas (5tos y 6tos)
- Príncipe Cascanueces y Rey Ratón (3C varones)
- Soldaditas (5 años A)
- Copitos de Nieve (3A y 3C)
- Hadas Confite (1C)
- Danza China (4B)
- Danza Española (1A)
- Danza de las Princesas (3 años)
- Danza Arabe (3B)
- Danza Arcoiris (4 años A)
- Danza Rusa (1B)
- Danza de los Mirlintons (5 años B)
- Vals de las Flores (2A y 2C)

Taekwondo

El taekwondo es un arte marcial de origen coreano que se destaca por la variedad y espectacularidad de las diferentes técnicas a ejecutar. Actualmente, es una de las artes marciales más practicada a nivel mundial. Taekwondo podría traducirse como “el camino de la constante lucha de pies y manos”.

| Descripción | Responsables | Recursos |
|---|---|--------------------------------|
| Elaboración de tarjeta de invitación y panel central | Miss Karina García | Tarjeta de invitación Panel |
| Elaboración del programa central | Marco Antonio Miss Claude Díaz | |
| Ambientación - Diseño y elección de colores para la ambientación | Miss Ruth Pahuacho | |
| Actividades previas <ul style="list-style-type: none"> • Elaborar el plan de ubicación para los alumnos e invitados. • Ubicar a las profesoras y profesores de cursos especiales para apoyo en el cuidado de los alumnos durante la actuación • Ensayo General: Martes 20 de noviembre. Hora 8:30 | Miss Rossana Pacheco Miss Zoila Pinillos | Plan de ubicación |
| Disciplina General | Miss Zoila Pinillos | |
| Recursos a utilizar - Prever la cantidad de sillas, supervisar su ubicación. | Pablo Quispe Equipo de apoyo | |

| | | |
|--|---|--|
| <ul style="list-style-type: none"> - Prever el equipo de sonido, micrófonos, pilas, laptop, etc. | Luis Ferrer | |
| <p>1. Ensayos en patio N°2</p> <ul style="list-style-type: none"> • Ensayar por grupos en el patio durante el mes de noviembre <p>2. Panel central:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Diseñar y elaborar el Panel centra para la actuación. Entregar diseño a la encargada de la actividad para su aprobación. • Contratar el toldo coordinando la dirección de la I.E y supervisar que se instale. <p>3. Equipo de sonido</p> <ul style="list-style-type: none"> • Prever el alquiler del equipo de música. • Manejar el equipo en la actuación. <p>• <i>Todos los alumnos y alumnas se encontrarán en sus respectivas aulas hasta momentos previos de su intervención en la actuación.</i></p> | <p>Ada Kuniyoshi Jose Gamarra</p> <p>Marco Antonio Diseñador Noellya Arévalo</p> <p>Juan Díaz Luis Ferrer</p> | |

| |
|--|
| <p>7. Costo:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Padres de familia. <p>Ballet</p> <p>Alquiler de vestuarios: Los vestuarios tienen un costo de S/.35.00 S/.30.00 y S/.25.00 nuevos soles dependiendo del personajes.</p> <p>Taekwondo</p> <p>S/.22.00 nuevos soles por alumno. Incluye 4 maderas por alumno para la práctica previa y para el día de la presentación, así como las cintas de colores por alumno con el logo bordado del WTF Taekwondo.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Colegio: <ol style="list-style-type: none"> 1. Impresión de invitaciones. 2. Alquiler de toldo. 3. Dos ensayos generales en el patio con todo el personal de apoyo. 4. Equipo de música 5. Gigantografía 6. Programas para los padres de familia. |
|--|

7. Apoyo del personal docente y auxiliar para ayuda en cambio de vestuario, maquillaje, peinado, disciplina.

Ada Reyko Kuniyoshi Oshiro
Profesora responsable

Jose Gamarra
Profesor responsable

Elisa Solórzano
Coordinadora de Actividades

Claude Diaz
Coordinadora de Actividades

RELACION DE DOCENTES - AUXILIARES - FUNCIONES

| | | |
|---------------------|---|----------|
| Gabriela Garcia | Ayudar a vestir, retoques y ordenar vestuario | 3 años |
| Sara Cabrera | Ayudar a vestir, retoques y ordenar vestuario | 3 años |
| Milagros Marky | Ayudar a vestir, retoques y ordenar vestuario | 4 años A |
| Gloria Andia | Ayudar a vestir, retoques y ordenar vestuario | 4 años A |
| Nathaly Sanchez | Ayudar a vestir, retoques y ordenar vestuario | 4 años B |
| Jacqueline Acuña | Ayudar a vestir, retoques y ordenar vestuario | 4 años B |
| Virginia Luque | Ayudar a vestir, retoques y ordenar vestuario | 5 años A |
| Melisa Soto | Ayudar a vestir, retoques y ordenar vestuario | 5 años A |
| Mónica Castro | Ayudar a vestir, retoques y ordenar vestuario | 5 años B |
| Mercedes Macedo | Ayudar a vestir, retoques y ordenar vestuario | 5 años B |
| Milagros Meza | Ayudar a vestir, retoques y ordenar vestuario | 1A |
| Emperatriz Mejía | Ayudar a vestir, retoques y ordenar vestuario | 1A |
| Angela Zevallos | Ayudar a vestir, retoques y ordenar vestuario | 1B |
| Katherine Calle | Ayudar a vestir, retoques y ordenar vestuario | 1B |
| Flor Cornejo | Ayudar a vestir, retoques y ordenar vestuario | 1C |
| Faura Andrade | Ayudar a vestir, retoques y ordenar vestuario | 1C |
| Karina García | Ayudar a vestir, retoques y ordenar vestuario | 2A |
| Silvia Toulter | Ayudar a vestir, retoques y ordenar vestuario | 2A |
| Jessica Dulanto | Ayudar a vestir, retoques y ordenar vestuario | 2B |
| Simona Chelariu | Ayudar a vestir, retoques y ordenar vestuario | 2B |
| Elizabeth Bocanegra | Ayudar a vestir, retoques y ordenar vestuario | 2C |
| Mónica Varas | Ayudar a vestir, retoques y ordenar vestuario | 2C |
| Karina Castillo | Ayudar a vestir, retoques y ordenar vestuario | 3A |

| | | |
|-------------------|---|----|
| Susana Perez | Ayudar a vestir, retoques y ordenar vestuario | 3A |
| Karina | Ayudar a vestir, retoques y ordenar vestuario | 3B |
| Itala Flores | Ayudar a vestir, retoques y ordenar vestuario | 3B |
| Ruth Pahuacho | Ayudar a vestir, retoques y ordenar vestuario | 3C |
| Nathaly Quispe | Ayudar a vestir, retoques y ordenar vestuario | 3C |
| Iris Gonzales | Ayudar a vestir, retoques y ordenar vestuario | 5A |
| Jaqueline Thomas | Ayudar a vestir, retoques y ordenar vestuario | 5A |
| Aurea Ferradas | Ayudar a vestir, retoques y ordenar vestuario | 5B |
| Javier Hernández | Apoyo en disciplina y ordenar vestuario | 5B |
| Katia Zapata | Ayudar a vestir, retoques y ordenar vestuario | 6A |
| Miguel Figueroa | Apoyo en disciplina y ordenar vestuario | 6A |
| Sandra Muñoz | Ayudar a vestir, retoques y ordenar vestuario | 6B |
| Joselyn Rodriguez | Ayudar a vestir, retoques y ordenar vestuario | 6B |
| Noellya Arévalo | Encargada de que los grupos estén ordenados y a tiempo en sus lugares de salidas. | |
| Lourdes Vasquez | Cuidado de escaleras del patio N°2 durante la actuación | |
| Augusto | Cuidado de escaleras del patio N°2 durante la actuación | |
| Jorge Zuñiga | Cuidado de escaleras de secundaria durante la actuación | |
| Marilú Salazar | Cuidado de escaleras de secundaria durante la actuación | |
| Juan Díaz | Instalación de equipo de sonido y apoyo durante la actuación | |

PROYECTO – “ MISTURA DE TALENTOS 2021”

“Empezamos un nuevo año escolar predicando la Verdad y portando la Luz de Cristo”

DATOS GENERALES

Colegio : Mater Christi

Directora : Madre Ana Lucía Ramírez Morales

Nivel : Inicial - Primaria - Secundaria

Responsables :

- Prof. De Taekwondo Percy Rojas
- Prof. De Danza Miguel Figueroa
- Prof. De Música Jaime Guio
- Prof. De Ballet Ada Reyko Kuniyoshi Oshiro

Apoyo : Coordinación de Actividades

Fecha :

Sábado 20 de noviembre: Taller de Ballet y Danza Moderna. De 9:00 a.m. a 10:30 a.m.

Taller de Música. De 11:00 a.m. a 12:00 p.m.

Sábado 27 de noviembre: Taller de Tae Kwon Do. De 9:00 a.m. a 10:30 a.m.

Taller de Danza. De 11:00 a.m. a 12:00 p.m.

I. JUSTIFICACIÓN:

El evento denominado MISTURA DE TALENTOS 2021 “EXPRESANDO NUESTRA CULTURA MEDIANTE EL BALLE, TKD, MUSICA Y DANZA” tiene la finalidad de contribuir con la difusión de la cultura, además busca revalorar su diversidad en nuestro país, con ello lograr la identidad regional y nacional. Asimismo, se tiene como meta propiciar el conocimiento y la preservación de la gran variedad de nuestros talleres existentes en nuestro colegio, en medio de un ambiente que integre a toda la familia, tanto estudiantes como docentes, y padres de familia. La importancia de promover las disciplinas responde a una necesidad de preservar la integridad de las culturas y desarrollar la identidad nacional, mediante el conocimiento de su gran variedad.

II. OBJETIVOS / METAS

- Fomentar la vivencia de los valores de nuestra institución en la Comunidad Educativa, mediante una pastoral activa para impregnar en ella el Carisma de nuestro colegio y promover la participación e integración de la familia Dominicana.
- Demostrar las cualidades artísticas e histriónicas de los alumnos y alumnas en una actividad programada.
- El Taekwondo, la danza, el ballet y la música son formas divertidas de aprender valores y lecciones para toda la vida. Promueven la amistad y el juego limpio, enseñan el trabajo en equipo, la disciplina, el respeto y las habilidades para que los niños y estudiantes se conviertan en ciudadanos preocupados por los demás. Ya que como artes ayudan a preparar a los jóvenes para que puedan afrontar los retos que encontraran en sus vidas y asumir el liderazgo dentro de sus comunidades.
- Mostrar las diferentes técnicas que han aprendido y practicado los alumnos y alumnas
- Afianzar los conocimientos físicos, psicomotrices generando en ellos una identidad hacia su patria, hacia su colegio y hacia ellos mismos como individuos.
- Desarrollar el sentimiento de identificación con la institución reforzando los valores de solidaridad, respeto, compañerismo, perseverancia y trabajo en equipo que conlleva a fortalecer la educación integral que se imparte en nuestra alma mater.
- Promover la participación de los estudiantes en actividades artísticas, recreativas y deportivas para mejorar su calidad de vida.

III. CUADRO DE ACTIVIDADES:

| | FECHA | ACTIVIDADES | RESPONSABLES | RECURSOS |
|---------------------------------|------------------------|---|------------------------|----------|
| A N T E S | 10 de mayo | Presentación del Proyecto | Profesores de talleres | |
| | 31 agosto | Comunicado a los padres de familia sobre los requerimientos técnicos para la grabación de los videos. | Profesores de talleres | |
| | Del 15 al 30 setiembre | Recepción de videos a los correos institucionales de cada profesor. | Profesores de talleres | |
| | 30 de octubre | Entrega de Videos editados para la presentación a la coordinación de actividades | Profesores de talleres | |
| D U R A N T E | 20 de noviembre | Presentación de talleres de Ballet y Música | Profesores de talleres | |
| | 27 de noviembre | Presentación de Talleres de Tae Kwon Do y Danza | Profesores de talleres | |

COORDINACIÓN DE ACTIVIDADES

REQUERIMIENTOS TÉCNICOS

- Leer atentamente los requerimientos del taller que le corresponda
- La fecha de entrega de videos o grabaciones será hasta el **30 de setiembre**, pasada esa fecha, no se le podrá incluir en el trabajo final

Kit de Grabación

1. **Audio de la pista.**
2. **Tu celular** con el que filmarás.
3. **Una PC, laptop, celular u otro dispositivo**, desde donde reproducirás o visualizaras el video

Preparación antes de Grabar

1. **Observa el video**, y practica hasta que la coreografía la tengas dominada
2. **Ensaya con la pista**,
3. **Elige un lugar**, con buena iluminación, en lo posible silencioso para evitar que se filtren sonidos ambientales.
4. **Prepara la reproducción**, desde el dispositivo en el que vas a reproducir la pista musical.

Como Grabarse

1. **Coloca el dispositivo** con el que te grabarás, en forma horizontal, **debe ser visible tu cuerpo completo dentro de la pantalla**, como se muestra en la figura de abajo.



2. **Haz Click en REC** (grabar), y de inmediato reproduce la pista musical desde el otro dispositivo.
3. **Al finalizar**, quédate quieta en pose, durante 5 segundos y detén la grabación

Sube el archivo de video

Comparte el archivo a través del google drive con opción de editor (es importante marcar esta opción para poder editar los videos), al correo akuniyoshi@materchristidic.edu.pe



T

Kit de Grabación

**K
D**

1. **Video de las técnicas.**
2. **Tu celular** con el que filmarás.
3. **Una PC, laptop, celular u otro dispositivo**, desde donde reproducirás la pista.

Preparación antes de Grabar

1. **Observa el video**, y practica hasta que lo tengas dominado.
2. **Ensayá con el video**,
3. **Elige un lugar**, con buena iluminación, en lo posible silencioso para evitar que se filtren sonidos ambientales.
4. **Prepara la reproducción**, desde el dispositivo en el que vas a reproducir el video.

Como Grabarse

1. **Ponerse el uniforme de Taekwondo.**
2. **Coloca el dispositivo** con el que te grabarás, en forma horizontal, **debe ser visible tu cuerpo completo dentro de la pantalla**, como se muestra en la figura de abajo.



3. **Coloca el celular** con el que te grabarás frente a ti, en forma horizontal.
4. **Haz click en REC** (grabar), y de inmediato reproduce el video desde el otro dispositivo.
5. **Realiza el video** haciendo grito por cada movimiento, con la precisión que ensayaste.
6. **Al finalizar**, quédate quieto durante 5 segundos, pero en posición de guardia.

Sube el archivo de video

Comparte el archivo a través del google drive, al correo projas@materchridic.edu.pe

**M
Ú
S
I
C**

Kit de Grabación

1. **Audio de la pista.**
2. **Tu celular** con el que filmarás.
3. **Una PC, laptop, celular u otro dispositivo**, desde donde reproducirás la pista.
4. **Audífonos**, que conectarás para reproducir la pista.
5. **Tu instrumento musical.**

Preparación antes de Grabar

1. **Escucha la pista**, es importante familiarizarse con ésta.
2. **Ensayá con la pista**, como si fuera un Karaoke hasta que tengas la canción dominada.

A

3. **Elige un lugar**, con buena iluminación, en lo posible silencioso para evitar que se filtren sonidos ambientales.
4. **Prepara la reproducción**, desde el dispositivo en el que vas a reproducir la pista musical.

Como Grabarse

6. **Ponte los audífonos**, para escuchar desde el dispositivo en el que vas a reproducir la pista musical.
7. **Coloca el celular** con el que te grabarás frente a ti, en forma vertical.
8. **Haz Click en REC** (grabar), y de inmediato reproduce la pista musical desde el otro dispositivo.
9. **Toca**, con la precisión que ensayaste.
10. **Al finalizar**, quédate quieto durante 5 segundos

Sube el archivo de video

1. **Comparte el archivo** a través del google drive, al correo jguio@materchridic.edu.pe
2. **Otra opción**, compartir a través de la página www.wetransfer.com, al mismo correo.

**D
A
N
Z
A**

Kit de Grabación

1. **Audio de la pista.**
2. **Tu celular** con el que filmarás.
3. **Una PC, laptop, celular u otro dispositivo.**

Preparación antes de Grabar

1. Escuchar la pista.
2. **Ensayar las frases musicales,**
3. **Elige un lugar**, con buena iluminación, en lo posible silencioso para evitar que se filtren sonidos ambientales.
4. **Prepara la reproducción**, desde el dispositivo en el que vas a reproducir la pista musical.
5. **Coloca el dispositivo** con el que te grabarás, en forma horizontal, **debe ser visible tu cuerpo completo dentro de la pantalla**, como se muestra en la figura de abajo.



6. Altura mínima de la cámara o celular 1,30 metros
7. Estar con el uniforme según conversado en clase.
8. **Haz Click en REC** (grabar), y de inmediato reproduce la pista musical desde el otro dispositivo.
9. **Al finalizar**, detenerse 5 segundos antes de para la grabación

Enviar la grabación al correo institucional mfigueroa@materchristidic.edu.pe