

ESCUELA MUNICIPAL DE DANZA

LECCIÓN 3: “Battement Glissé y Battement Jeté”

EJERCICIO: Empezamos en primera o quinta posición según dificultad. Recuerda buscar un apoyo que nos ayude como si fuera nuestra barra de ballet.

- 1- 3 Glissés devant
- 2- 3 Glissés second, cambiando de quinta
- 3- 3 Glissés Derrière
- 4- 2 Coupe jeté a second, cambiando de quinta
- 5- Repite el ejercicio en dedán (de detrás a delante)

Segunda parte:

- 1- 1 Battement Jeté devant
- 2- Jeté Cloche cierra detrás
- 3- 2 Jetés second, cambiando de quinta
- 4- Repite el ejercicio en dedán

POSICIONES: En Primera y quinta, según dificultad.

BRAZOS: Con apoyo de barra o a segunda posición si no hay apoyo.

VOCABULARIO: Se invita al alumno/a a escribir en una libreta el vocabulario y su significado.

- 1- **Battement Glissé:** Es similar al Tendú, lo vimos en la lección 2, pero el pie se levanta unas 4 pulgadas del suelo, acentuando bien el pie.
 - ✓ Consolidan los dedos
 - ✓ Desarrolla el empeine
 - ✓ Mejora la flexibilidad del tobillo
 - 2- **Battement Jeté:** (lanzado corto)
Se produce una parada en seco en los 25 grados y regresa con golpe seco del dedo gordo del pie. Debe ser preciso y muy marcado y con acento fuera.
 - ✓ Fortalece el pie
 - ✓ Permite el desarrollo de los músculos y tendones de la parte interna del muslo.
 - 3- **Coupe:** (Cortar) cambio rápido del pie (lo veremos en próximas lecciones).
 - 4- **Battement Cloche:** Como una campana, ejecutando devant y derrière pasando por primera posición.
 - 5- **En Dedán:** hacia delante
 - 6- **En Dehors:** hacia atrás
- Refiriéndonos a la dirección del pie en el ejercicio.**

Esta lección va acompañada del vídeo demostrativo para que el alumnado pueda repasar y trabajar el ejercicio.

Docente: Isabel Simòn