

# PLAN DE ESTUDIOS

DANZA — BALLET

## INFORMACIÓN GENERAL

**Monitor:** Liliana Isabel Ocampo Asprilla

**Escuela:** DANZA

**Programa:** BALLET

**Descripción:**

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

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

**Objetivo:**

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

## NIVEL BÁSICO

**Nivel:** Básico

**Requisitos:** 5 años

**Duración:** 3 meses

**Contenidos:**

- Postura corporal.
- fortalecimientos grupos musculares .
- posiciones básicas de pies : paralela y primera posición.
- posiciones básicas de brazos.

Respiración, concentración y creatividad.

- Cambio de peso del cuerpo.

**Logros:**

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

## NIVEL INTERMEDIO

**Nivel:** Intermedio

**Requisitos:** —



**Duración:** —

**Contenidos:**  
—

**Logros:**  
—

## NIVEL AVANZADO

**Nivel:** Avanzado

**Requisitos:** —

**Duración:** —

**Contenidos:**  
—

**Logros:**  
—

## PROYECCIÓN Y BIBLIOGRAFÍA

**Proyección:** —

**Bibliografía:** —

*Generado el 13/06/2026 — intraculturacaldas.org*