



THE BERNSTEIN SCHOOL OF MUSICAL THEATER
DIRETTRICE SHAWNNA FARRELL

The Bernstein School of Musical Theater

Via Paolo Nanni Costa 12/6, 40133 Bologna Tel e Fax 051 3140192 - e-mail: segreteria@bsmt.it

C.F. e P.IVA 01980011207

Direzione **Shawna Farrell**

PROGRAMMA DIDATTICO

Anno Accademico 2025/26

MATERIA: Danza Classica Advanced Beginners

Docente: Francesco Frola

IDONEITÀ

FINALITÀ DEL CORSO

Il livello Advanced Beginners mira allo sviluppo del controllo tecnico, della consapevolezza corporea e dell'evoluzione del vocabolario accademico secondo il metodo inglese. Il corso integra elementi di tecnica femminile e maschile e introduce dinamiche più complesse che preparano lo studente alla progressione nei livelli successivi.

OBIETTIVI GENERALI

- Postura e allineamento stabile durante esercizi complessi
- Gestione di peso, equilibrio e transizioni
- Incremento di forza, mobilità e resistenza
- Consolidamento del turnout durante sequenze complesse
- Ampliamento del vocabolario tecnico
- Sviluppo di musicalità, ritmo e qualità del movimento
- Uso corretto della terminologia francese
- Capacità di memorizzare ed eseguire sequenze articolate

ATTIVITÀ DEL CORSO

1. Sbarra: esercizi en croix, gambe alternate, progressioni tecniche
2. Lavoro a terra: allineamento, rinforzo e mobilità
3. Centre Practice: linee, port de bras, coordinazione
4. Adagio: controllo e fluidità
5. Pirouettes: preparazione e rotazioni
6. Allegro e Grand Allegro: piccoli, medi e grandi salti
7. Educazione musicale
8. Tecnica femminile e maschile integrate

Si studieranno i seguenti stili musicali:

Habanera, Jig, Tango, Barcarola, Czardas, Blues, Triple Jig, Polka, Hornpipe, Ragtime, Reel, Galop, Tarantella, Can Can, Landler, Valzer, Sarabanda, Minuetto, Polonaise, Mazurka

Adv Beginners Tecniche del Training * Tecnica maschile ^ Tecnica femminile			
isico - Danza Classica			
	SBARRA	posizioni	conti
	Plies: demi pliès e grands pliès	1°,2°,4°.5°	grands pliès in 4 conti, demi pliès in 2 conti
	Battements Tendus:	en croix	in 1 conto, 2 conti, 3 conti, chiusi a gambe tese o in plies
	Battements Glissés	en croix	in 1 conto, 2 conti
	Battements Jetés	en croix	in 1 conto
	Ronds de jambe a terre	en dehor, en dedans, singolo	in 1 conto, 2 conti
	Assembles soutenus a terre (demi e grand)	en dehor, en dedans	in 2 conti, in 4 conti
	Battement soutenus con petit retiré	en croix	in 2 conti
	Battements Fondus	en croix a 45 gradi	in 2 conti
	Battements frappés	en croix, singoli, in mezza punta	in 1 conto, 2 conti
	Ronds de jambe en l'air	singoli, doppi, in mezza punta, en dehor e en dedans a piede piatto	in 2 conti, 4 conti
	Petits battements	a piede piatto	senza accento, con accento
	Grands Battements	en croix; en cloche (preparazione)	in 1 conto, 2 conti, 3 conti
	Developpés	en croix, passés	in 2 conti, in 4 conti
	Grand rond de jambes	en dehor, en dedans	in 6 conti
	Fouetté e Rotation dell'Adagio	en l'air	in 4 conti
	Echappés relevés, sautés *	in 2°, 4°	In 4 conti
	Posés ^	en avant, en arrière, de cote,	in 1 conto
	Posés in arabesque*	a piede piatto	in 1 conto, 2 conti
	CENTRO		
	Centre Practice		

Adv Beginners Tecnica del Training fisico - Danza Classica * Tecnica maschile ^ Tecnica femminile		
SBARRA	posizioni	conti
Port de bras	in tutte le posizioni, effacé, ecarté devant e derrière; fouetté e rotation a terre	
Temps liés	en avant, en arrière, de côté, à terre e en l'air a piede piatto	in 4 conti, in 6 conti
Plies: demi pliés e grands pliés	1°,2°,4°.5°	grands pliés in 4 conti
Battements Tendus:	en croix, in ecarté	in 1 conto, 2 conti
Battements Jetés	en croix	in 1 conto, 2 conti
Chassés	en avant, en arrière, de coté. passés	in 2 conti
Grands Battements	en croix	in 2 conti
PIROUETTES		
en dehor	dalla 2°*, 4°, 5° finite in 4° fondu, singole	
en dedans	senza fouetté singole	
ADAGIO		
Developpés	devant, derrière, a la seconde	In 4 conti
Fouetté dell'Adagio		In 2 conti, 4 conti
Grand rond de jambes	en dehor, en dedans	in 4 conti, 6 conti
ALLEGRO		
Changements	battu	in 1 conto
Soubresauts		in 1 conto
Sautés	in 1°, 2°, 4°	in 1 conto
Temps Levés		
Echappés sautés	in 2°, in 4° e battu in 2°	in 2 conti
Coupés	dessus, dessous	
Pas de bourrés	dessus, dessous (tutti con la gamba davanti e dietro)	in 1 conto, 2 conti

Adv Beginners Tecniche del Training isico - Danza Classica * Tecnica maschile ^ Tecnica femminile		
SBARRA	posizioni	conti
Glissades	devant, derrière, dessus, dessous	
Jetés ordinaire	Devant	
Assemblés	dessus, dessous	
Sissonnes ordinaires	passés	
Sissonnes simples	fermées de côté: dessus, dessous	
Pas de chat		
Entrechat quatre		
Posés Temps Levés in retiré, in arabesque	in diagonale, en manège	
Grands Jetés en avant		
Tours en l'air*	dal relevè in 5°, singolo	
Grand Jeté en tournant	preparazione	

METODI DI VALUTAZIONE

- Osservazione sistematica
- Verifica tecnica e posturale
- Verifica musicale e ritmica
- Capacità di memorizzare ed eseguire sequenze complesse
- Uso corretto della terminologia

COMPETENZE AQUISITE

- Controllo del turnout e dell'allineamento in sequenze complesse
- Padronanza del vocabolario previsto per il livello
- Sicurezza nei salti medi e introduzione ai grandi salti
- Autonomia tecnica e musicale
- Corretta terminologia francese

MATERIALI RICHIESTI

Abbigliamento neutro, comodo, adeguato al lavoro fisico in sala e conforme alle linee guida dell'Istituto.