



# El Ballet

---

Genesis Rodriguez Morales

Universidad Sagrado Corazon #6

# Indice:

---

- Historia de la Danza
- ¿Que es el Ballet?
- Historia del Ballet
- Bailarines Importantes
- Beneficos del Ballet
- Imagen de Ballet



# Historia de la Danza:

---

- La historia de la danza estudia la evolución de la [danza](#) a través del [tiempo](#).
- Desde la [prehistoria](#) el ser humano ha tenido la necesidad de comunicarse corporalmente, con movimientos que expresaban sentimientos y estados de ánimo.
- En principio, la danza tenía un componente [ritual](#), celebrada en ceremonias de [fecundidad](#), [caza](#) o [guerra](#), o de diversa índole [religiosa](#).

# ¿Que es el Ballet?:

---

- El *ballet clásico* o danza clásica es una forma de danza cuyos movimientos se basan en el control total y absoluto del cuerpo.
- El *ballet* es una disciplina que requiere concentración y capacidad para el esfuerzo como actitud y forma de vida.
- A diferencia de otras danzas, en el ballet cada paso está codificado.
- Es una conjunción simultánea de dinámica muscular y mental que debe expresarse en total armonía de movimientos.

# Historia del Ballet:



---

- El *ballet* surgió en la Italia del Renacimiento (1400-1600).
- Fue en Francia durante el reinado de Luis XIV
- En 1661 se crea la primera escuela de baile: la Académie Royale de la Dance.
- En 1700, [R. A. Feuillet](#) publicó "*Chorégraphie ou art de noter la danse*" donde por primera vez se reproduce la totalidad de los pasos codificados>

# Bailarines Importantes:

---

- George Balanchine
- Mikhail Baryshnicov
- Suzanne Farrell
- Maria Tallchief



# Beneficios del ballet:

---

1. Practicarlo regularmente puede mejorar la postura y el equilibrio, lo que resulta en una figura más larga, delgada y elegante.
2. Forma extrema de movimiento que ejerce mucha presión sobre las articulaciones.
3. El ballet es excelente para la salud mental.



By: Liakapelke  
(Ballerina)