

PRUEBAS 2026-10

SELECCIÓN / GRUPO: Andanza

NOMBRE ENTRENADOR: Ruben Dario Chavez Saavedra

CORREO ENTRENADOR: r-chavez@uniandes.edu.co

FECHA DE PRUEBAS: miércoles 21 y viernes 23 de enero

HORARIO DE PRUEBAS: miércoles 21 de enero 5:00 a 7:00 p.m.

Viernes 23 de enero 2:00 a 4:00 p.m.

LUGAR DE PRUEBAS: Salón de Danza (centro deportivo)

CUPOS DISPONIBLES: 15

REQUISITOS PARA PRESENTAR PRUEBAS:

1. Tener una formación previa en danza contemporánea, jazz y/o ballet.
2. Tener la mejor actitud y ganas de aprender.
3. Asistir tanto a la prueba como a los ensayos con ropa cómoda (para danza) y medias de algodón. Así como la hidratación adecuada.

REGLAMENTO PARA PERTENECER A LA SELECCIÓN / GRUPO:

Con el fin de optimizar el tiempo de clase y formar a los estudiantes en valores que les sean útiles en su día a día, así como en su futuro laboral; es que nace este reglamento.

1. PUNTUALIDAD:

Es importante asistir a tiempo a la clase. A tiempo significa a la hora en punto que está especificada en baner.

Se dará 10 minutos extra para ingresar al salón, aun así, esto no quiere decir que el estudiante llegó a tiempo, lo que significa que el profesor no se a va a devolver a dar explicaciones que ya dio, si las necesita debe, por su cuenta, averiguarlo con los demás estudiantes.

Si el estudiante llega 11 minutos tarde a la clase no podrá tomarla; podrá ingresar al salón y observarla para no perder la información que se dé ese día. El llegar tarde cuenta como falla.

Con esta regla se está trabajando el respeto al tiempo del profesor y los demás estudiantes que se esforzaron por llegar a clase a tiempo, así como el respeto por su propia salud al haber perdido la primera parte del calentamiento.

2. RESPONSABILIDAD E INTEGRIDAD:

Es imperativo que, si el estudiante tiene una lesión de cualquier tipo, lo comunique antes de comenzar la clase para que el profesor, sepa hasta donde exigirle durante la clase o si es mejor que no la haga.

3. RESPETO Y SALUD:

Durante la clase es importante estar cien por ciento concentrados en lo que se está trabajando, ya que muchas veces hay movimientos que, si no se realizan de la forma adecuada, pueden llevar a lastimarse o lastimar a otros si no se siguen las instrucciones. Por

la razón antes mencionada los celulares y otras fuentes de distracción están prohibidas durante el tiempo de clase.

Si el estudiante está esperando una llamada o mensaje inaplazable, debe comunicarlo antes de comenzar la clase al profesor para que sea él quien esté pendiente de su celular y así el estudiante pueda concentrarse en lo que debe hacer. En el caso de no avisar al profesor en el momento indicado y aun así, recibir la llamada o mensaje, será expulsado del salón de la clase sin posibilidad a regreso durante el tiempo restante de la misma; el profesor siempre dará prioridad a la seguridad y al respeto.

4. COHERENCIA:

Si un estudiante sale del salón de clase, sin informar al profesor la razón por la que se está retirando y además después se reintegra a la misma sin que sea una razón de peso (diarrea, vomito, flujo menstrual incontrolable o alguna otra razón de salud que no se pueda manejar en el salón), el estudiante no podrá reingresar a esa clase ya que, como se dijo en la regla anterior, hay un proceso de instrucciones que deben seguirse y al interrumpir ese proceso se pone en riesgo la integridad del estudiante y los demás que trabajen con él o ella. Por otro lado, esa actitud denota desinterés por lo que se está trabajando ya que, cualquier otra cosa es prioritaria antes que la clase en la que se encuentra, por esta razón se considera una falta de respeto y no se tolerará, precisamente se dará prioridad a lo que el estudiante priorizó anteriormente.

5. RESPONSABILIDAD Y HONRADEZ:

Las listas de asistencia estarán ubicadas en la parte de arriba de la cuadrícula donde se guardan los zapatos dentro del salón de clases. Cada estudiante es responsable de marcar su asistencia el día que participa de la clase, es decisión de él o ella, si es lo suficientemente para marcar solo las clases a las que asistió o tiene excusa.

Al final de semestre el profesor simplemente pasará las listas marcadas por los estudiantes, si el estudiante nunca marcó su asistencia el resultado será la no aprobación de la clase.

Este método tiene además la intención de optimizar el tiempo de clase, lo que para el profesor es prioridad.

6. CONCENTRACIÓN Y COMPROMISO:

Durante la clase es importante estar cien por ciento presentes, concentrados y comprometidos con el nuevo conocimiento que se esta adquiriendo, por lo que es fundamental:

1. Escuchar atentamente las instrucciones del profesor.

Si hay dudas de las instrucciones de clase, manifestarlo activa y verbalmente (profesor no entendí el movimiento con el que va al piso, no entiendo el conteo, etc), si el movimiento que el estudiante está preguntando ya ha sido explicado por el profesor anteriormente, ya sea en otra o en la misma clase, el profesor lo dejará saber y el estudiante tendrá que averiguarlo con sus compañeros (el profesor no se va a devolver en el programa por un estudiante).

Si el profesor pregunta si hay dudas y nadie responde, asumirá que no las hay, por lo que continuará con la clase.

2. El profesor da un tiempo adecuado para que cada estudiante repase individual o grupalmente, la secuencia, variación o ejercicio teniendo en cuenta el nivel de la clase en la que se encuentra. Toda pregunta relacionada con el orden de la secuencia

(memoria) deberá resolverla con los demás estudiantes, esto con el fin de la integración entre ellos y desarrollar habilidades de comunicación con su equipo de trabajo.

3. Es importante que empiecen y terminen los ejercicios de la forma indicada. Durante las variaciones de clase es fundamental estar pendiente de los compañeros mas cercanos para no lastimarlos, por esta razón:
 - a. El estudiante no puede permanecer estático en el espacio en el que están bailando sus compañeros, debe unirse a ellos o retirarse de ese espacio para evitar accidentes.
 - b. Durante las laterales que se hacen atravesando el salón es fundamental mantener la distancia entre estudiantes, por esta razón si avanzan de a tres personas, la que esté ubicada en el centro debe estar mas adelante o mas atrás con respecto a las otras dos. Si son cuatro o mas se ubicarán en zigzag manteniendo el principio anterior.
 - c. El profesor contará la salida del primer grupo durante las laterales, a partir del segundo grupo los estudiantes en un trabajo en equipo deberán salir cada determinado tiempo, el cual será estipulado por el profesor previamente; esto con el fin de incentivar el trabajo en equipo, la concentración y la fluidez de la clase.
 - d. En el caso en que uno de los puntos anteriores sea incumplido TODOS los estudiantes de la clase, sin excepción, realizaran el ejercicio impartido por el profesor (flexiones de pecho, sentadillas, planchas, etc), esto con el fin de que sean conscientes de cada decisión que ellos toman o dejan de tomar individualmente afectan a los demás a su alrededor.

7. CODIGO DE VESTUARIO:

Para un optimo desarrollo de la clase es importante que los estudiantes tengan la ropa adecuada:

- a. Sudadera, leggings, lycra o pantaloneta de un material flexible.
- b. Camiseta o buso de la talla adecuada para que no entorpezca el movimiento durante la clase (no escotes pronunciados).
- c. Si el estudiante tiene el cabello largo debe cogérselo para la clase (con excepción de Street Jazz).
- d. Las únicas joyas o accesorios permitidos son aretes muy pequeños y manillas de alguna fibra natural; Los accesorios grandes y de metales pueden enredarse y causar daño.
- e. Medias de algodón preferiblemente (para evitar resbalar) o descalzos para contemporáneo. Para Street jazz y son y cha cha cha puede las anteriores o en tenis que no tengan adherencia (training o running) para proteger las rodillas en los giros.

TIPO DE PRUEBAS:

Se realizará una clase en la que se evaluará:

1. Conocimiento previo.
2. Capacidad de observación y reproducción del movimiento.
3. Memoria.
4. Concentración.
5. Habilidades de trabajo en equipo.

HORARIOS DE ENTRENAMIENTOS PERIODO 2026-10:

viernes de 2:00 a 4:00 pm y sábado de 8:00 a 10:00 am.

LUGAR DE ENTRENAMIENTOS PERIODO 2026-10:

Salón de danza (centro deportivo).