

# #JOEMQUEDOACASABALLANT

Els/les professors/s'hem preparat aquest pdf amb diferents enllaços i recomanacions per seguir ballant a casa. Totes les disciplines tindreu una mica de tot. També us convidem a compartir la vostra feina amb vídeos de 55 segons i els compartirem a Instagram i Facebook, etiqueteu-vos amb @edansacentrelectura #joemquedoacasaballant

---

## TU ETS COREOGRAF

---

Crea la teva pròpia coreografia i envies un vídeo o comparteix a Instagram i Facebook, etiqueteu-vos amb @edansacentrelectura #joemquedoacasaballant

---

## DANSA CLÀSSICA

---

- HISTÒRIA DEL BALLET

Historia del Ballet [https://es.m.wikipedia.org/wiki/Historia\\_del\\_ballet](https://es.m.wikipedia.org/wiki/Historia_del_ballet)

Història del Tutu <https://www.ecured.cu/Tut%C3%BA#Historia>

- BALLETS

Paquita <https://youtu.be/C2N9YpsHfOA>

Dansa de les Hores <https://youtu.be/3KFObZk4Xe4>

Harlequinade [https://youtu.be/V\\_m8F2sxTJU](https://youtu.be/V_m8F2sxTJU)

<https://youtu.be/pMLA9feb38I>

Sherezade <https://youtu.be/37nWgmDkgSY>

<https://youtu.be/Noli3gF5XU4>

Napoli <https://youtu.be/YdR2N4u3r5A>

<https://youtu.be/lGmh14Qn6EQ>

<https://youtu.be/9LNG1g9Gf4g>

# #JOEMQUEDOACASABALLANT

- PELICULES

Barbie i el Trencaous <https://youtu.be/kcyLTyS53D0>

La Bailarina <https://youtu.be/dA0C5ZMEi40lu>

Barbie en las 12 princesas bailarinas <https://youtu.be/TuewFBiR8ik>

Barbie y las zapatillas magicas <https://youtu.be/rS4mgpLSsk>

<https://www.fotogramas.es/noticias-cine/g25580709/mejores-peliculas-sobre-danza/>

L'últim ballarí de Mao <https://youtu.be/JYahGYaVn4l>

- CLASSES

De 3 a 6 anys

<https://youtu.be/eZhfCVi1pHM>

[https://youtu.be/2E20SFyp\\_IU](https://youtu.be/2E20SFyp_IU)

De 7 a 9 anys

<https://youtu.be/hhN59NlnXjs>

Temps lieu [https://youtu.be/\\_lvEGvzlwWo](https://youtu.be/_lvEGvzlwWo)

<https://youtu.be/8epG963BCFg>

<https://youtu.be/2nh9fdJftCE>

<https://youtu.be/URfbRZSHvul>

De 11 anys endavant

<https://youtu.be/w88w5SC7Co8>

<https://youtu.be/88e1cxKxhll>

De 14 anys endavant

<https://youtu.be/1uD27ajCBVk>

exercicis d'estiraments

[https://youtu.be/Qe67IfZa\\_dM](https://youtu.be/Qe67IfZa_dM)

<https://youtu.be/esZYtxGUxg>

---

## DANSA ESPANYOLA

---

- PELICULES I BALLETS

Bodas de sangre <https://youtu.be/B8jQWXTUG7I>

Documental Antonio Gades <https://youtu.be/FMeT0zJAhOs>

Dia Internacional del Flamenco <https://youtu.be/ka0-ilwFuqk>

Gran Jota de la Dolores <https://youtu.be/PPqfcEXAm-M>

Bolero <https://youtu.be/6UjWeflhdPE>

Jesus Carmona <https://youtu.be/Q26A4Jk1pls>

---

## DANSA CONTEMPORANIA

---

- EXERCICIS

Intermig de dansa contemporània <https://youtu.be/TCCneA6z ls>

loga <https://www.instagram.com/tv/B6ulipRABqq/?igshid=j78zsdgp22vt>

Dance Class <https://youtu.be/B2UpkV9ZzMg>

Dansa Contemporània <https://youtu.be/fJwut7sQ6lk>

Dansa Contemporània <https://youtu.be/-v1ahLtt47I>

---

## DANSA JAZZ I DANSES URBANES

---

- EXERCICIS

Primers passos d'Hip hop <https://youtu.be/eCsoOVnfSLQ>

Hip hop Infantil <https://youtu.be/eCsoOVnfSLQ>

Primers passos de dansa Jazz <https://youtu.be/P76-SPNP8I0>

Hip hop <https://youtu.be/Kd-Va1m4s1E>

Classe de Jazz <https://youtu.be/0EYzZfKYcbU>

Classes d'Hip Hop <https://www.youtube.com/user/mihrantv>

Ball

<https://www.facebook.com/100002749745275/posts/2300446043390365/?sfnsn=scwspwa&d=w&vh=i&d=w&vh=i&extid=vq3vvhNgGsCnVb41>

---

## ELASTICITAT I MANTENIMENT

---

- EXERCICIS D'ELASTICITAT

<https://youtu.be/uRnc0btSq4I>

<https://youtu.be/aFyr61nuWvo>

<https://youtu.be/eLFF0TqobOg>

<https://youtu.be/lxO3TWf2tzY>

Per millorar els empeines <https://youtu.be/QhRm4sHx4HM>

Per millorar l'endehors <https://youtu.be/hyyfCB-tlio>

- MANTENIMENT

<https://youtu.be/T5t7EdTGnzo>

[https://youtu.be/mfP1OG7rs\\_o](https://youtu.be/mfP1OG7rs_o)

<https://youtu.be/vtcDI4oOIdE>

---

## MÚSICA I PERE I EL LLOP

---

- PERE I EL LLOP

<https://youtu.be/Pr501SKTEEg>

<https://youtu.be/31Df9snxMcM>

<https://youtu.be/n4BZu5RTCog>

<https://youtu.be/bAfWiaPTDGU>

<https://youtu.be/AcvskWAH2v4>

- EXERCICIS DE MÚSICA

<https://youtu.be/lb39O4Bc6uA>

<https://youtu.be/qD3zNojKGLw>

<https://youtu.be/Bb56fQ9WrWM>

[https://youtu.be/whkjLgO4H\\_A](https://youtu.be/whkjLgO4H_A)

<https://youtu.be/Y8LwTzLNxoc>

<https://youtu.be/diqDijUt2oc>

# #JOEMQUEDOACASABALLANT

- BODY PERCUSSION

<https://youtu.be/FmeMffUqJQk>

<https://youtu.be/sDQXhWeXcy8>

---

## VARIS

---

Pel.licules:

### *DANSA CLÀSSICA*

- Paso decisivo
- Noches de sol
- Billy Eliot
- Cisne negro
- El bailarín
- El ultimo bailarín de Mao
- Ballerina
- Nijinsky
- Ballet Boys
- Juli
- Las zapatillas Rojas

### *Flamenc, dansa espanyola*

- Carmen
- Montoyas y Tarantos
- El amor brujo
- Flamenco
- Sevillanas

### *JAZZ, HIP HOP, MUSICAL*

- Step up
- Flash dance
- Save the last Dance
- Cabaret
- A Chorus Line
- Cats (hi ha el musical a you tube)
- Grease
- Kinky boots
- Moulin Rouge
- Burlesque
- Chicago
- Fame
- Step up ( 1, 2, 3...)
- Footlose
- El ritmo del Exito
- El gran showman
- Dirty d'ancing
- Dreamgirls
- High School musical (1, 2, 3)

# #JOEMQUEDOACASABALLANT

- Teen beach movie (1, 2)
- Mamma mia! (1, 2)
- Hairspray
- Mary Poppins (1, 2)
- Dando la nota (1, 2, 3)
- Street dance (1, 2, 3D)
- Honey
- Espera al último baile

## DANSA CONTEMPORÀNEA

- Pina
- Five dances
- Isadora

## BARBIE:

- Barbie en el cascanueces
- Barbie en el lago de los cisnes
- Barbie y las 12 princesas bailarinas

## SERIES:

- Glee
- Verdon Fosse
- Smash
- Dance Academy

