



Contenuti e Modalità d'esame per l'ottenimento del diploma di **MAESTRO DI BALLO in DANZE STANDARD – Livello BASE**

TITOLO RILASCIATO: Maestro di Ballo in Danze Standard – Livello Base (1° grado)

REQUISITI DI ACCESSO: adesione al tesseramento di MIDAS per l'anno in corso

OBIETTIVO FORMATIVO: assicurare un'adeguata padronanza dei metodi e contenuti nonché l'acquisizione delle conoscenze di base

PROPEDEUTICITA': non previste

TESTI/BIBLIOGRAFIA: non previsti

LINGUA UTILIZZATA: lingua Italiana

MODALITA' DI ESAME: l'esame consiste in una prova individuale o con un partner (anche non candidato) che mira ad accertare la maturità individuale del candidato e il possesso delle conoscenze e abilità che caratterizzano la materia sulla quale verte l'esame.

Il/la candidato/a deve presentare cinque coreografie (Valzer lento, Tango, Valzer viennese, Slow Foxtrot, Quickstep) della durata massima di 1 minuto e 30 secondi ciascuna.

La valutazione di tale prova consisterà nel verificare la conoscenza e l'esecuzione delle caratteristiche principali delle Danze Standard.

Alla prova pratica adeguatamente superata, segue una prova teorico/pratica atta a verificare la conoscenza della cultura generale e della tecnica specifica con buona padronanza espositiva della materia.

La prova d'esame comporta una valutazione espressa in decimi: l'esame risulta superato se la valutazione è uguale o superiore a 6/10.

MODALITA' DI ISCRIZIONE: il socio che intende sostenere la prova d'esame dovrà aderire compilando in tutte le sue parti il modulo di iscrizione e il modulo di adesione e inviarli al Centro Servizi MIDAS al numero di FAX n° 035.812.891 **entro 10 giorni dalla data di svolgimento della sessione d'esame.**

Il modulo inviato via fax al Centro Servizi MIDAS senza la ricevuta di versamento non sarà considerato valido. Successivamente i moduli originali e le copie originali dei versamenti dovranno essere consegnate al Segretario della Commissione d'esame.

In caso di mancata partecipazione o di modifiche rispetto alla domanda inviata, è necessario informare il Centro Servizi MIDAS (Tel. 035.816857 centroservizi@midasonline.org). Non si darà luogo a rimborso alcuno, fatta salva la possibilità di modifica della data di appello.

CONTENUTI DI BASE

- **Storia delle Danze Standard** (cenni)
- **Musica**
 - Quadratura
 - Musicalità
 - Conteggio
 - Tempo
 - Ritmo
 - Battuta
 - Battito
 - Timing
 - Andamento
 - Amalgamazione tra ballo e musica
 - La musica nelle danze Standard
- **L'utilizzo dello spazio nelle Danze Standard**
 - Utilizzo della pista
 - Direzioni ed allineamenti
- **La TECNICA nelle Danze Standard**
 - Portamento
 - Prese
 - Le azioni del corpo mentre balla
(Abbassamento, Elevazione, Inclinazione, Giro, Torsione, Swing, Sway, Incroci)
 - Posizione
 - Postura
 - Posizionamento
 - Allineamento
 - Coreografia
 - Amalgamazione
 - Figurazione
 - Movimento
 - Azione
 - Passo
 - Spostamento
 - Lavoro del piede
 - Ammontare del giro
 - Posizioni nel ballo
 - Camminata avanti e indietro (distribuzione del peso all'estensione di un passo)

FIGURE DI BASE

- **VALZER LENTO**
 - Cambio chiuso di piede destro
 - Cambio chiuso di piede sinistro
 - Giro naturale
 - Giro rovescio
 - Giro naturale spin
 - Whisk
 - Chassè da P.P.
 - Impetus chiuso
 - Cambio esitato
 - Cambio esterno
 - Cortè rovescio
 - Whisk indietro
 - Weave di base
 - Doppio spin rovescio
 - Pivot rovescio

- Lock indietro
 - Chassè progressivo a destra
 - Weave da P.P.
 - Telemark chiuso
 - Telemark aperto seguito da cross esitato
 - Telemark aperto seguito da ala
 - Impetus aperto seguito da cross esitato
 - Impetus aperto seguito da ala
 - Spin esterno
 - Turning lock
 - Drag esitato
- **TANGO**
- Passo
 - Passo laterale progressivo
 - Link progressivo
 - Promenade chiusa
 - Giro rock
 - Giro rovescio aperto, partner all'esterno
 - Back cortè
 - Giro rovescio aperto, partner in linea
 - Passo laterale progressivo con giro rovescio
 - Promenade aperta
 - Rock indietro sul piede destro
 - Rock indietro sul piede sinistro
 - Giro naturale twist
 - Giro naturale in promenade
 - Promenade link
 - Quattro passi
 - Promenade aperta indietro
 - Outside swivel (preso da una promenade aperta seguito da promenade link)
 - Outside swivel (girondo a sinistra dopo fine aperto terminato FDgP)
 - Reverse outside swivel
 - Fallaway in promenade
 - Quattro passi di cambio
 - Brush tap
- **VAZER VIENNESE**
- Cambio avanti di piede destro
 - Cambio avanti di piede sinistro
 - Cambio indietro di piede destro
 - Cambio indietro di piede sinistro
 - Giro naturale
 - Giro rovescio
- **SLOW FOXTROT**
- Passo piuma
 - Tre passi
 - Giro naturale
 - Giro rovescio con fine piuma
 - Impetus chiuso
 - Weave di base
 - Telemark chiuso
 - Telemark aperto con fine piuma
 - Top spin
 - Hover feather (preso dopo un tacco tirato)
 - Hover telemark
 - Hover telemark finito in P.P.
 - Telemark naturale

- Hover cross
- Telemark aperto, giro naturale in outside swivel e fine piuma
- Impetus aperto
- Weave da P.P.
- Onda rovescia

- **QUICKSTEP**

- Quarto di giro a destra
- Giro naturale
- Giro naturale con esitazione
- Giro naturale e pivot
- Giro naturale spin
- Chassè progressivo
- Giro rovescio chassè
- Passo lock avanti
- Impetus chiuso
- Passo lock indietro
- Pivot rovescio
- Chassè progressivo a destra
- Tipple chassè a destra (in angolo)
- Tipple chassè a destra (lungo il lato della sala)
- Fine corsa
- Giro naturale e lock indietro
- Doppio spin rovescio
- Heel pivot (quarto di giro a sinistra)
- Cross chassè
- Zig zag, lock indietro e fine corsa
- Cambio di direzione
- Quick open reverse
- Coda di pesce
- Giro di corsa a destra (preso dopo 1-3 di giro naturale)
- Four quick run
- V6
- Telemark chiuso

Contenuti e Modalità d'esame per l'ottenimento del diploma di **MAESTRO DI BALLO in DANZE STANDARD – Livello AVANZATO**

TITOLO RILASCIATO: Maestro di Ballo in Danze Standard – Livello Avanzato (2° grado)

REQUISITI DI ACCESSO: adesione al tesseramento di MIDAS per l'anno in corso

OBIETTIVO FORMATIVO: assicurare un'adeguata padronanza dei metodi e contenuti nonché l'acquisizione delle conoscenze di base

PROPEDEUTICITA': diploma MIDAS di Maestro di ballo in Danze Standard livello BASE (1° grado). L'esame di livello AVANZATO non potrà essere sostenuto nella stessa sessione in cui si intende sostenere l'esame di livello BASE.

TESTI/BIBLIOGRAFIA: non previsti

LINGUA UTILIZZATA: lingua Italiana

MODALITA' DI ESAME: l'esame consiste in una prova individuale o con un partner (anche non candidato) che mira ad accertare la maturità individuale del candidato e il possesso delle conoscenze e abilità che caratterizzano la materia sulla quale verte l'esame.

Il/la candidato/a deve presentare cinque coreografie (Valzer lento, Tango, Valzer viennese, Slow Foxtrot, Quickstep) della durata massima di 1 minuto e 30 secondi ciascuna. Le coreografie dovranno includere anche figure contenute nell'esame di livello base.

La valutazione di tale prova consisterà nel verificare la conoscenza e l'esecuzione delle caratteristiche principali delle Danze Standard.

Alla prova pratica adeguatamente superata, segue una prova teorico/pratica atta a verificare la conoscenza della cultura generale e della tecnica specifica con buona padronanza espositiva della materia.

La prova d'esame comporta una valutazione espressa in decimi: l'esame risulta superato se la valutazione è uguale o superiore a 6/10.

MODALITA' DI ISCRIZIONE: il socio che intende sostenere la prova d'esame dovrà aderire compilando in tutte le sue parti il modulo di iscrizione e il modulo di adesione e inviarli al Centro Servizi MIDAS al numero di FAX n° 035.812.891 **entro 10 giorni dalla data di svolgimento della sessione d'esame.**

Il modulo inviato via fax al Centro Servizi MIDAS senza la ricevuta di versamento non sarà considerato valido. Successivamente i moduli originali e le copie originali dei versamenti dovranno essere consegnate al Segretario della Commissione d'esame.

In caso di mancata partecipazione o di modifiche rispetto alla domanda inviata, è necessario informare il Centro Servizi MIDAS (Tel. 035.816857 centroservizi@midasonline.org). Non si darà luogo a rimborso alcuno, fatta salva la possibilità di modifica della data di appello.

CONTENUTI DI BASE

- **Musica (approfondimento)**
 - Quadratura
 - Musicalità
 - Conteggio
 - Tempo
 - Ritmo
 - Battuta
 - Battito
 - Timing
 - Andamento
 - Amalgamazione tra ballo e musica

- **L'utilizzo dello spazio nelle Danze Standard (approfondimento)**
 - Utilizzo della pista
 - Direzioni ed allineamenti

- **La TECNICA nelle Danze Standard (approfondimento)**
 - Portamento
 - Prese
 - Le azioni del corpo mentre balla
(Abbassamento, Elevazione, Inclinazione, Giro, Torsione, Swing, Sway, Incroci)
 - Posizione
 - Postura
 - Posizionamento
 - Allineamento
 - Coreografia
 - Amalgamazione
 - Figurazione
 - Movimento
 - Azione
 - Passo
 - Spostamento
 - Lavoro del piede
 - Ammontare del giro
 - Posizioni nel ballo

FIGURE AVANZATE

- **VALZER LENTO**
 - Whisk a sinistra
 - Contra check
 - Turning lock a destra
 - Fallaway reverse and slip pivot
 - Hover cortè
 - Fallaway whisk
 - Ala chiusa
 - Quick natural spin turn
 - Running natural spin turn
 - Quick natural weave (running weave)
 - Passing natural turn
 - Fallaway natural turn

- **TANGO**
 - Oversway
 - Chase
 - Fallaway riverse
 - Cinque passi
 - Contra check

- Passing natural turn
 - Telemark aperto
 - Whisk
 - Whisk indietro
 - Spin esterno
 - Reverse pivot
 - Giro rovescio base
 - Quattro passi in falaway
- **VALZER VIENNESE**
- leckerl a destra
 - Fleckerl a sinistra
 - Contra check
- **SLOW FOXTROT**
- Giro naturale twist seguito da weave naturale
 - Giro naturale twist seguito da impetus chiuso e fine piuma
 - Giro naturale twist seguito da impetus aperto
 - Zig zag naturale da P.P.
 - Falaway reverse and slip pivot
 - Natural hover telemark
 - Bounce fallaway con fine weave
 - Quick natural weave da P.P.
 - Quick open reverse
 - Reverse pivot
 - Extended reverse weave
 - Tre passi curvati
 - Doppio spin rovescio
 - Spin esterno
 - Giro twist naturale
 - Piuma curvato e piuma indietro
 - Whisk
 - Whisk indietro
- **QUICKSTEP**
- Cross swivel
 - Six quick run
 - Rumba cross
 - Topsy a destra
 - Topsy a sinistra
 - Impetus aperto
 - Telemark aperto
 - Passing natural turn
 - Cambio esterno
 - Whisk
 - Whisk indietro
 - Spin esterno
 - Running cross chassè
 - Turning lock a destra
 - Hover cortè
 - Tipple chassè a sinistra