

## **Diploma national superior profesional de artista de circo (DNSP-AC)**

### **Requisitos previos para aspirantes al ingreso del 1<sup>er</sup> año del diploma (Dnsp 1)**

Para integrar el 1° año del plan de estudios que conduce a la obtención del Dnsp de artista de circo, los candidatos deben responder a una serie de requisitos previos señalados aquí.

Estos requisitos previos incluyen la danza, la actuación y las disciplinas de circo.

Esta versión se encuentra en fase de estudio y podría sufrir algunas modificaciones.

## Requisitos previos en Danza – Dnsp1 Artista de circo

Tener conciencia de su cuerpo a través de la respiración.

Tener la capacidad de despertar una circulación viva en el cuerpo.

*Capacidad de escucha, de sí y de los otros.*

*Conocer las bases de movimientos circulares y movimientos en espiral que llevan el cuerpo a la acción.*

Haber atravesado ciertas bases de trabajo que parten de la sensación interna hacia el movimiento externo y haberlas presentado.

*Trabajo de sensación y percepción prolongado hacia intenciones y movimientos externos.*

Haber desarrollado un trabajo en torno al peso y a la transferencia de apoyos, en el suelo y en posición vertical.

*Percepción y experiencia a desarrollar en un trabajo en el suelo.*

*Fomentar la evolución y la prolongación de este trabajo en posición vertical.*

*Dar apoyos y confianza a la relación en el suelo de pie.*

Tener conciencia de la importancia de una buena relación con la columna vertebral.

*Desarrollar experiencias alrededor de una columna vertebral en relación con la tierra y el cielo.*

*Trabajar en torno a una columna móvil.*

Tener conciencia de la posibilidad de movimiento en tres dimensiones y fomentar el movimiento en relación con el espacio y el entorno.

Experiencias y sensaciones en relación al ritmo y a la musicalidad.

Bases de aprendizajes de la danza contact, del tacto y de la relación colectiva.

Planteamiento de la improvisación y de la composición.

Estado de ánimo abierto, calidad de compromiso, de escucha.

## **Requisitos previos actuación – Dnsp1 Artista de circo**

No se solicita tener una experiencia teatral previa, pero se aconseja una buena disponibilidad para la implicación en las propuestas artísticas.

Disponibilidad y aptitud para comprender y adquirir el vocabulario vinculado al tiempo y al espacio, al público, a las percepciones de las emociones como herramientas propias de la actuación (vocabulario básico).

Rigor, calidad de escucha, asiduidad, aplicación y participación en el proceso de trabajo.

Calidad y riqueza de las propuestas artísticas: creatividad, originalidad, singularidad, ritmo, musicalidad, presencia, imaginario.

Disponibilidad y aptitud para enriquecer su conocimiento en las otras artes y su cultura general en relación al mundo que nos rodea.

Intensidad, necesidad y densidad de la presencia en las propuestas artísticas.

## Requisitos previos en Preparación física – Dnsp1 Artista de circo

Requisitos previos Preparación física		
Conocimientos adquiridos y conocimientos técnicos	Hombre	Mujer
- COOPER (12 min)	- 1 900 a 3 100	- 1 500 a 2 700
- SALTO VERTICAL DESDE PARADO	- 35 cm a 80 cm	- 30 cm a 75 cm
- SALTO en LARGO 3 saltos salida - llegada	- 5 m a 9,50 m	- 4 m a 8,50 m
- CIERRE (max 30 segundos)	- 4 a 25	- 4 a 25
- TRACCION (max 30 segundos)	- 2 a 20	- 1 a 18
- DEVELOPPE FORT	Peso levantado dividido por el peso del alumno: coeficiente de referencia para la nota	Peso levantado dividido por el peso del alumno: coeficiente de referencia para la nota
- PESO – COEF	- 0,6 a 1,5	- 0,35 a 1,25
- FLEXIBILIDAD	- Grand écart lateral derecho e izquierdo, facial, puente, cierre carpado	- Grand écart lateral derecho e izquierdo, facial, puente, cierre carpado

## Requisitos previos en Especialidades Circo – Dnsp1 Artista de circo

<b>Requisitos previos Acrobacia en suelo</b>		
<b>Conocimientos adquiridos y conocimientos técnicos</b>	<b>Cualidades físicas, psíquicas y sensoriales</b>	<b>Capacidad de apropiación y comportamiento</b>
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Rotaciones hacia adelante, hacia atrás, laterales (salti)</li> <li>- Inversiones (diferentes tipos de rueda, salto de manos, flics hacia adelante y hacia atrás, puente y flexibilidad)</li> <li>- Desplazamientos en equilibrio sobre manos</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Elongación, flexibilidad, fuerza, velocidad, resistencia, tonicidad muscular</li> <li>- Gestión del riesgo, resistencia a las dificultades, control emocional, sensibilidad</li> <li>- Orientación espacio temporal, coordinación (agilidad, sincronización, ritmo, fluidez)</li> <li>- Calidad de recepción</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Motivación, compromiso, comprensión</li> </ul>

<b>Requisitos previos Entrevista</b>		
<b>Conocimientos técnicos y artísticos</b>	<b>Conocimiento del medio</b>	<b>Comportamiento</b>
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Cultura general del circo y las otras artes</li> <li>- Cultura técnica de su especialidad</li> <li>- Analizar un ejemplo de espectáculo de circo visto</li> <li>- Describir sus competencias técnicas y artísticas</li> <li>- Valorizar sus experiencias actuales y previas</li> <li>- Dar un ejemplo de artista especializado en la misma disciplina que el candidato</li> <li>- Ser capaz de pensar su propia evolución técnica: figuras dominadas, figuras que quedan aún por dominar.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Situarse en los planes de estudios internacionales</li> <li>- Conocimiento del medio socio profesional</li> <li>- Situarse brevemente en el medio profesional</li> <li>- Citar ejemplos de instituciones profesionales dedicadas al circo en Europa</li> <li>- Situarse en el contexto del circo contemporáneo y elegir un ejemplo entre sus pares</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Determinar la motivación</li> <li>- Curiosidad</li> <li>- Comprensión</li> <li>- Escucha</li> <li>- Relación con el colectivo</li> <li>- Expresión oral (síntesis y sintaxis)</li> </ul>

<b>Requisitos previos Aéreos acrobáticos</b>		
<b>Conocimientos adquiridos y conocimientos técnicos</b>	<b>Cualidades físicas, psíquicas y sensoriales</b>	<b>Capacidad de apropiación y comportamiento</b>
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Autonomía material</li> <li>- Motivación por la especialidad</li> <li>- Realización global de los ejercicios en el respeto de las acciones fundamentales</li> <li>- Buena coordinación del movimiento con o sin compañero</li> </ul> <p><b>Especificidades PORTOR</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Buena coordinación del movimiento individual llevado de manera precisa</li> <li>- Toma de consciencia del desarrollo de la PPS sobre el aparato.</li> </ul> <p><b>Especificidades AGIL</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Toma de consciencia del desarrollo del trabajo preparatorio individual.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Fuerza muscular (relación fuerza peso)</li> <li>- Contextura física (relación entre los diferentes segmentos según la disciplina)</li> <li>- Flexibilidad</li> <li>- Coordinación</li> <li>- Velocidad de ejecución</li> <li>- Trabajo en altura</li> <li>- Percepción visual</li> </ul> <p><b>Especificidades PORTOR</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Habilidad</li> <li>- Resistencia física</li> <li>- Resistencia al dolor</li> </ul> <p><b>Especificidades AGIL</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Tonicidad general</li> <li>- Flexibilidad en cierre</li> <li>- Buena fuerza de retención</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Motivación por la disciplina</li> <li>- Confianza</li> <li>- Capacidad de reflexión y de análisis</li> <li>- Comprensión de las consignas</li> </ul> <p><b>Especificidades PORTOR</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Generosidad</li> <li>- Capacidad de toma de decisiones</li> </ul> <p><b>Especificidades AGIL</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Consciencia del riesgo</li> <li>- Capacidad de concentración</li> </ul>

<b>Requisitos previos Propulsión Báscula</b>		
<b>Conocimientos adquiridos y conocimientos técnicos</b>	<b>Cualidades físicas, psíquicas y sensoriales</b>	<b>Capacidad de apropiación y comportamiento</b>
<p><b>Báscula</b> : salto carpado y tendido</p> <p><b>En el trampolín :</b>  <u>Educativos</u> :            Sentado vientre            Sentado � V espalda            1 V sentado            sentado 1/2V sentado            Pull-over            espalda 1V espalda (cat twist)            2 cat twists            Espalda 1 V y � espalda (corkscrew)            espalda mortal espalda (purpus)            Vientre � V vientre            Vientre 1 V espalda  <u>Figuras</u> :            Sentado            Vientre            espalda            � V vientre            � V espalda            V espalda            Mortal atrás agrupado            Mortal atrás carpado            Mortal atrás extendido            Mortal adelante agrupado            Mortal adelante carpado            Mortal adelante agrupado            � V            Mortal adelante carpado            � V            Barani            � Mortal adelante (piqué)  <u>Secuencias</u> :            10 figuras entre las cuales 2 mortales</p>	<p>Velocidad            Tonicidad            Resistencia</p> <p>Gestión del riesgo            Control emocional            Reactividad</p> <p>Orientación espacio temporal            Coordinación            Agilidad</p>	<p>Comprensión de los consejos y capacidad de aplicarlos</p> <p>Capacidad de reflexión y de análisis</p> <p>Gestión del riesgo            Control emocional            Reactividad</p> <p>Orientación espacio temporal            Coordinación            Agilidad</p>

<b>Requisitos previos Practicas verticales : cuerda, telas, aro, etc.</b>		
<b>Conocimientos adquiridos y conocimientos técnicos</b>	<b>Cualidades físicas, psíquicas y sensoriales</b>	<b>Capacité d'appropriation et comportement</b>
Vocabulario de las diferentes claves de base Gestión del riesgo Muy buena orientación espacio temporal	Relación peso/ fuerza eficacia Muy buena flexibilidad específica Fuerza abdominal y fuerza estática desarrolladas Capacidad en fuerza dinámica	Cualidades de investigación sobre el aparato  Musicalidad

<b>Requisitos previos Mástil chino</b>		
<b>Conocimientos adquiridos y conocimientos técnicos</b>	<b>Cualidades físicas, psíquicas y sensoriales</b>	<b>Capacidad de apropiación y comportamiento</b>
Acrobacia base Equilibrio base Trampolín base	Fuerza muscular Flexibilidad Velocidad de ejecución Habilidad Resistencia Física Resistencia al dolor Trabajo en altura Percepción de la altura Sentido de los apoyos, de las presas y de los enganches Sensación de deslizamientos Apreciación de los coeficientes de fricción	Motivación por la discipline Curiosidad y apertura de espíritu Capacidad de reflexión y de análisis Comprensión de las consignas



<b>Requisitos previos Equilibres - Portés acrobáticos</b>		
<b>Conocimientos adquiridos y conocimientos técnicos</b>	<b>Cualidades físicas, psíquicas y sensoriales</b>	<b>Capacidad de apropiación y comportamiento</b>
<p align="center"><b><u>EQUILIBRIO SOLO</u></b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Autonomía material</li> <li>- 1 brazo izquierdo y derecho</li> <li>- Endo (elevación con 2 brazos)</li> <li>- Figura en 3 D</li> <li>- Definición del carácter de la dirección de su trabajo: bastones – sobre objeto-contorsión, etc.)</li> <li>- Equilibrio en movimiento en el suelo</li> <li>- Buena coordinación del movimiento con o sin su compañero</li> </ul>	<p align="center"><b><u>EQUILIBRIO SOLO</u></b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Fuerza (abdominales-abdominales isométricos)</li> <li>- Flexibilidad (cierre y écarts)</li> <li>- Alineamiento de los miembros superiores (flexibilidad hombro y codo)</li> <li>- Coordinación</li> <li>- Tonicidad muscular</li> <li>- Calidad del movimiento</li> <li>- Fluidez</li> <li>- Mantenimiento en posición estática sobre las manos</li> </ul>	<p align="center"><b><u>EQUILIBRIO SOLO</u></b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Apertura y comprensión</li> <li>- Capacidad de reflexión y de análisis</li> <li>- Comprensión de las consignas</li> <li>- Concentración</li> <li>- Motivación por la especialidad</li> </ul>
<b>PORTES EN DUO Y BANQUINA</b>		
Las mismas aptitudes a desarrollar que para el EQUILIBRIO solo		
<p><b>Especificidad VOLTEADOR</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Buena coordinación del movimiento individual llevado a cabo con precisión</li> <li>- Toma de consciencia del desarrollo del trabajo preparatorio individual</li> </ul> <p><b>Especificidad PORTOR</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Toma de consciencia de la necesidad de un trabajo en PPS</li> </ul>	<p><b>Especificidad VOLTEADOR</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Contextura física (relación peso – potencia)</li> <li>- Explosividad</li> <li>- Acrobacia dinámica</li> <li>- ATR estadísticas</li> <li>- Orientación en el espacio</li> <li>- Gestión del riesgo</li> <li>- Flexibilidad</li> <li>- Velocidad</li> </ul>	<p><b>Especificidad VOLTEADOR</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Dejarse llevar</li> <li>- Confianza</li> <li>- Nivel acrobático</li> <li>- Rutina de base : series ejercicios y secuencias</li> </ul> <p><b>Especificidad PORTOR</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Tener un buen sentido del equilibrio.</li> <li>- Compresiones y propulsiones.</li> <li>- Posiciones fundamentales.</li> </ul>

### Requisitos previos Equilibrio sobre ciclo

Conocimientos adquiridos y conocimientos técnicos	Cualidades físicas, psíquicas y sensoriales	Capacidad de apropiación y comportamiento
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Adquisición de conocimientos ligados a la práctica de su especialidad y a las reglas de seguridad</li> </ul> <p>Tres ejercicios impuestos a los candidatos :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Ejercicios básicos que permiten evaluar los conocimientos adquiridos en movimientos simples sobre los aparatos (por ej. : rodar en posición hacia manubrio, rodar en posición de pie sobre extremo posterior, dos manos sueltas)</li> <li>- Dos secuencias impuestas incluyendo cada vez tres ejercicios como mínimo</li> <li>- Una secuencia de tres ejercicios como mínimo propuesta por el candidato</li> </ul>	<p>Adquisición de una comunicación no verbal</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Adquisición de movimientos interpretativos voluntarios</li> <li>- Capacidades de expresar con su cuerpo sentimientos, emociones, o incluso ideas, en una perspectiva artística</li> <li>- Movimientos estéticos, con gracia, elegantes y/o movimientos expresivos que transmitan un mensaje o una expresión</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Adquisición de los principios de base en relación al análisis de la práctica de su disciplina</li> <li>- Comprensión de las correcciones efectuadas y su posterior aplicación</li> <li>- Capacidad de síntesis de los consejos recibidos</li> </ul>

### Requisitos previos Alambre

Conocimientos adquiridos y conocimientos técnicos	Cualidades físicas, psíquicas y sensoriales	Capacidad de apropiación y comportamiento
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Ser capaz de correr hacia adelante y hacia atrás</li> <li>- Saber realizar un 1 /2 giro hacia adelante y un 1 /2 giro hacia atrás</li> <li>- Saber realizar un <i>déboulé</i></li> <li>- Saber desmontar y reinstalar el material</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Tener una vocación en cuanto a la elección de esta disciplina</li> <li>- Demostrar autonomía en el trabajo</li> <li>- Resistencia sobre el alambre</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Voluntarioso/a</li> </ul>

**Requisitos previos Rueda alemana y Rueda Cyr**

Acquis et connaissances techniques	Qualités physiques, psychiques et sensorielles
<p>Base de balances</p> <p>Rueda</p> <p>Técnica de rotación hacia adelante y hacia atrás en línea</p> <p>Salida rueda</p> <p>Manipulación</p> <p>Inicio del trabajo de espiral</p> <p>Rodéo</p> <p>Espiral petit rayon</p> <p><b>Rueda Cyr :</b></p> <p>Todas las bases de la Rueda Cyr /</p> <p>Manipulación rueda</p> <p>Truco piernas apartadas, truco piernas juntas</p> <p>Espirales piernas apartadas</p> <p>Trabajo de las ruedas hacia la derecha y hacia la izquierda</p>	<p>Flexibilidad, fuerza, velocidad, tonicidad muscular</p> <p>Toma de riesgo, mental, control</p> <p>Orientación espacio temporal, coordinación, reflejos,</p> <p>Escucha</p>

**Requisitos previos Cintas**

Conocimientos adquiridos y conocimientos técnicos	Cualidades físicas, psíquicas y sensoriales	Capacidad de apropiación y comportamiento
<p>Acrobacia base</p> <p>Equilibrio base</p> <p>Trampolín base</p>	<p>Fuerza muscular</p> <p>Flexibilidad</p> <p>Velocidad de ejecución</p> <p>Habilidad</p> <p>Resistencia física</p> <p>Resistencia al dolor</p> <p>Trabajo en altura</p> <p>Percepción de la altura</p> <p>Sentido de los apoyos, de las presas y de los enganches y de la suspensión</p> <p>Sentido de la dinámica</p> <p>Buena relación peso / potencia</p>	<p>Motivación por la disciplina</p> <p>Curiosidad y apertura de espíritu</p> <p>Capacidad de reflexión y de análisis</p> <p>Comprensión de las consignas</p>

<b>Requisitos previos Trampolín</b>		
<b>Conocimientos adquiridos y conocimientos técnicos</b>	<b>Cualidades físicas, psíquicas y sensoriales</b>	<b>Capacidad de apropiación y comportamiento</b>
<p><b>Educativos :</b>            Sentado vientre            Sentado ½ V espalda            1 V sentado            sentado 1/2V sentado            Pull-over            espalda 1V espalda (cat twist)            2 cat twists            Espalda 1 V y ½ espalda (corkscrew)            espalda mortal espalda (purpus)            Vientre ½ V vientre            Vientre 1 V espalda</p> <p><b>Figuras :</b>            Sentado            Vientre            espalda            ½ V vientre            ½ V espalda            V espalda            Mortal atrás agrupado            Mortal atrás carpado            Mortal atrás extendido            Mortal adelante agrupado            Mortal adelante carpado            Mortal adelante agrupado            ½ V            Mortal adelante carpado            ½ V            Barani            ¾ Mortal adelante (piqué)</p> <p><b>Secuencias :</b>            10 figuras entre las cuales 2 mortales</p>	<p>Velocidad</p> <p>Tonicidad</p> <p>Resistencia</p> <p>Reactividad</p> <p>Orientación espacio temporal</p> <p>Coordinación</p> <p>Agilidad</p>	<p>Comprensión de los consejos y capacidad de aplicarlos</p> <p>Capacidad de reflexión y de análisis</p> <p>Gestión del riesgo</p> <p>Control emocional</p>

<b>Requisitos previos Malabarismo</b>	
<p>Economía y búsqueda de nitidez</p> <p>Diversificación del vocabulario</p> <p>Dominio de su vocabulario técnico</p> <p>Comprensión del movimiento :</p> <p style="padding-left: 20px;">Búsqueda de economía muscular, apropiación del espacio y del tiempo, musicalidad - ritmo - fraseo</p> <p>Calidad de ejecución del movimiento:</p> <p style="padding-left: 20px;">Búsqueda de fluidez y de precisión, consciencia de los componentes del movimiento, precisión y claridad, capacidad de interpretar y/o de personalizar un movimiento</p> <p>Dificultad técnica</p>	<p>Otros saberes /aptitudes /competencias :</p> <p style="padding-left: 20px;">Comportamiento, adaptabilidad, progresión, autoevaluación, resistencia, dificultad técnica</p> <p>Reactividad</p> <p style="padding-left: 20px;">Capacidad de escucha, comprensión y capacidad de análisis, síntesis.</p>