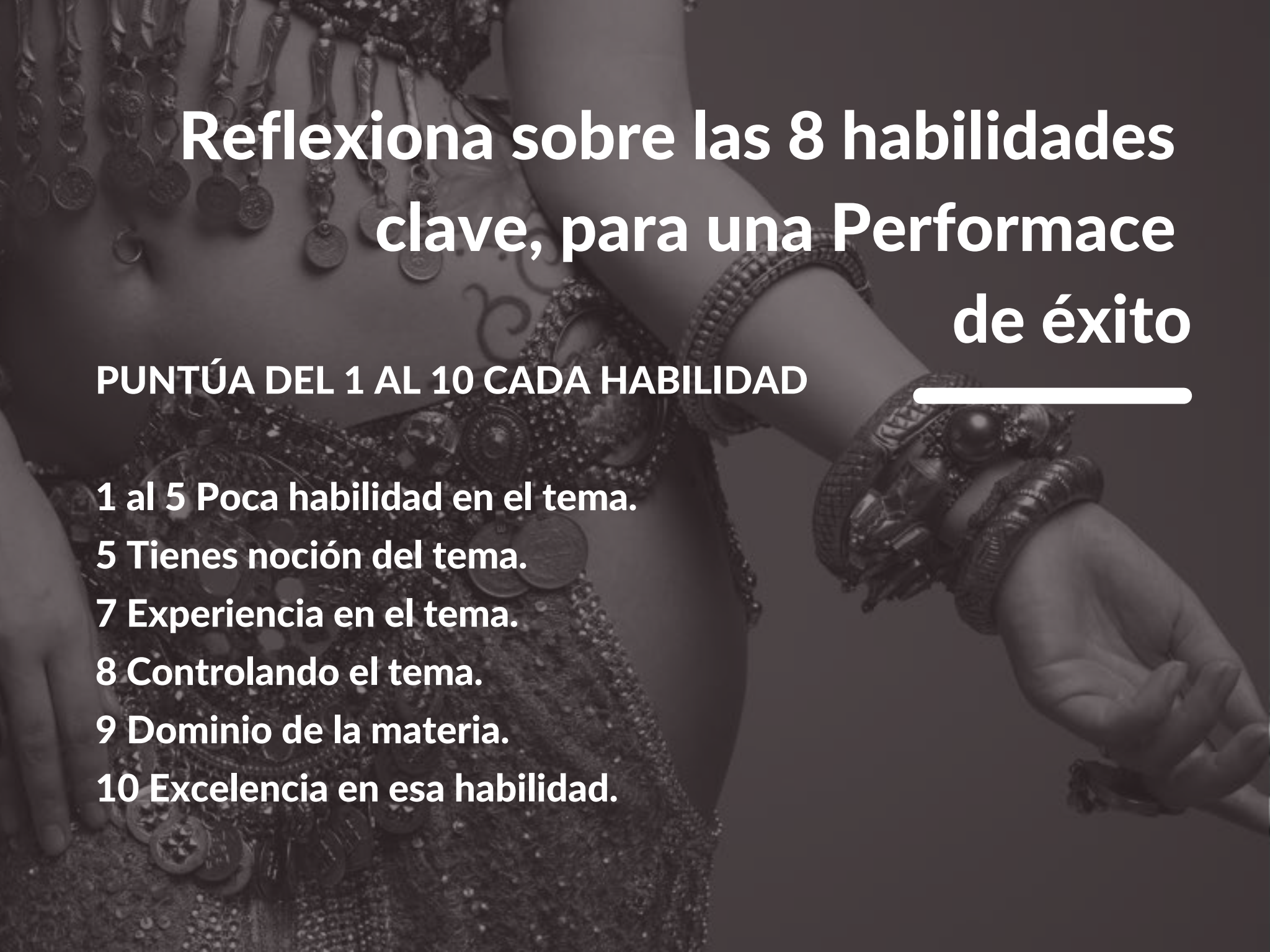


Situación actual de tus habilidades como bailarina en tu desempeño escénico

Samara Hayat

Choreographer & International
Dancer Trainer



A person is shown from the chest down, wearing traditional beaded jewelry. The jewelry includes multiple necklaces with large, round, metallic pendants and several beaded bracelets on their wrists. The person's hands are visible, with one hand resting on their hip and the other slightly extended. The background is a solid dark color.

Reflexiona sobre las 8 habilidades clave, para una Performace de éxito

PUNTÚA DEL 1 AL 10 CADA HABILIDAD

1 al 5 Poca habilidad en el tema.

5 Tienes noción del tema.

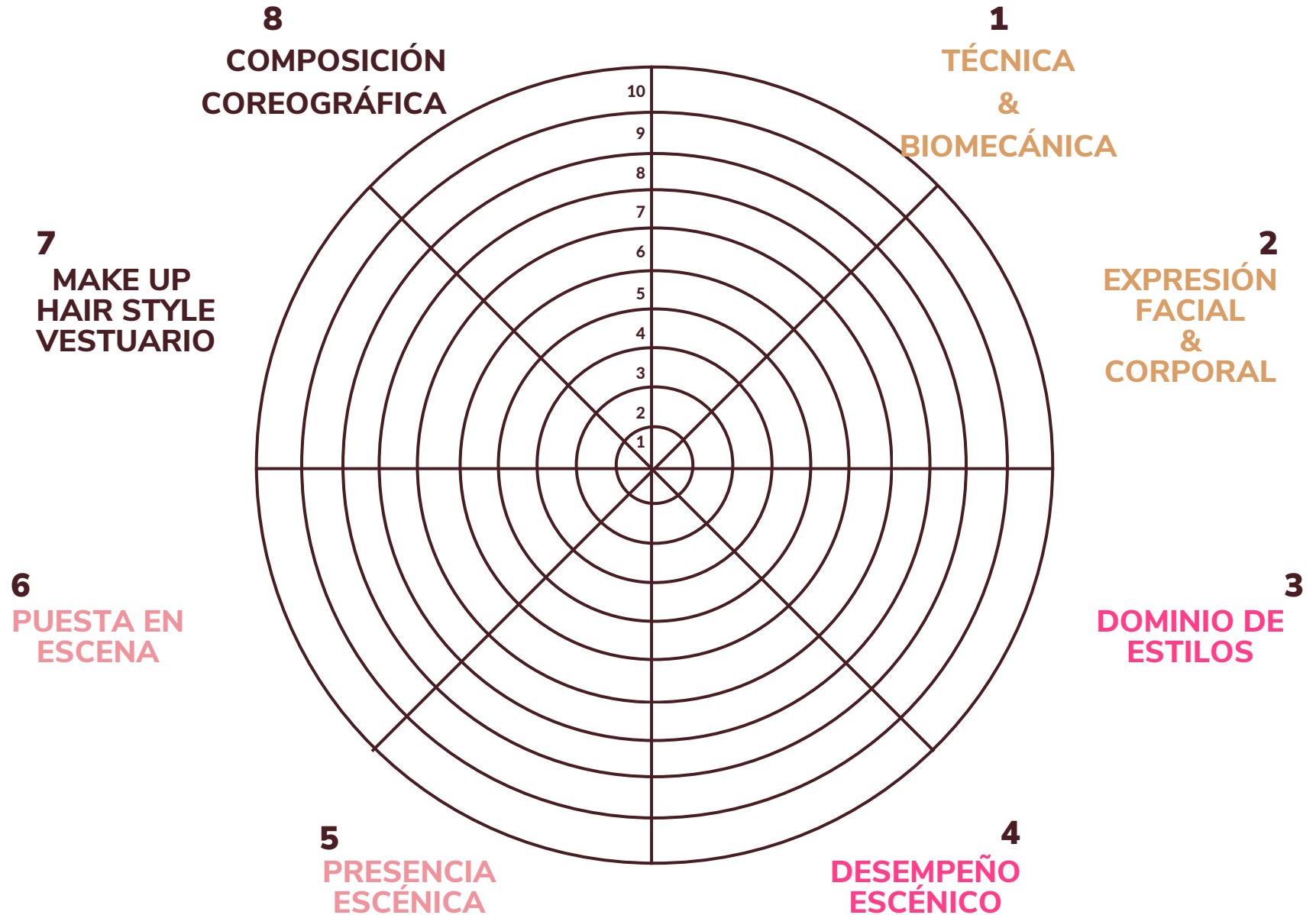
7 Experiencia en el tema.

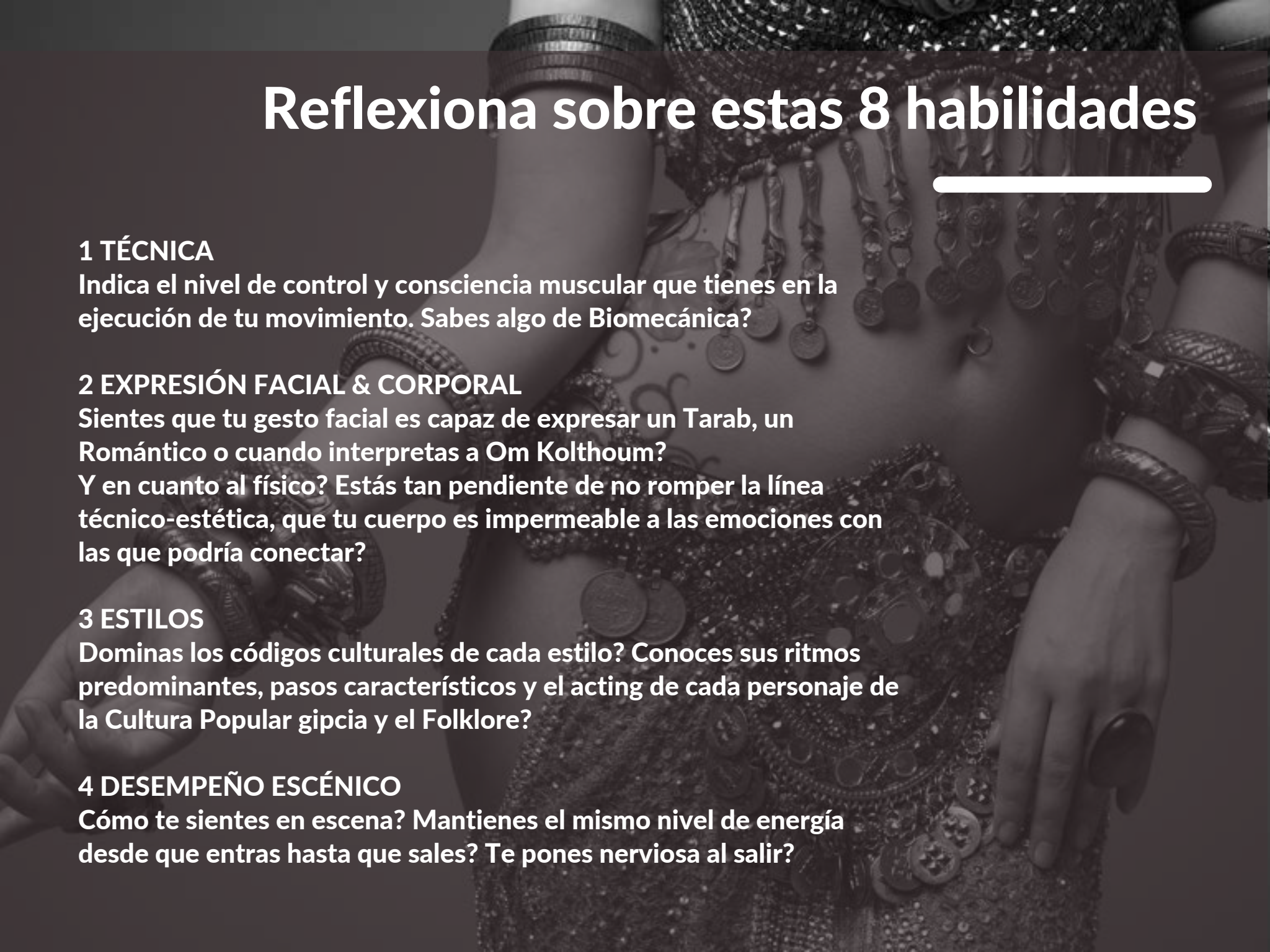
8 Controlando el tema.

9 Dominio de la materia.

10 Excelencia en esa habilidad.

BAILARINA





Reflexiona sobre estas 8 habilidades

1 TÉCNICA

Indica el nivel de control y consciencia muscular que tienes en la ejecución de tu movimiento. Sabes algo de Biomecánica?

2 EXPRESIÓN FACIAL & CORPORAL

Sientes que tu gesto facial es capaz de expresar un Tarab, un Romántico o cuando interpretas a Om Kolthoum?

Y en cuanto al físico? Estás tan pendiente de no romper la línea técnico-estética, que tu cuerpo es impermeable a las emociones con las que podría conectar?

3 ESTILOS

Dominas los códigos culturales de cada estilo? Conoces sus ritmos predominantes, pasos característicos y el acting de cada personaje de la Cultura Popular gipcia y el Folklore?

4 DESEMPEÑO ESCÉNICO

Cómo te sientes en escena? Mantienes el mismo nivel de energía desde que entras hasta que sales? Te pones nerviosa al salir?



5 PRESENCIA ESCÉNICA

Conoces las técnicas que te ayudarían a llenar el escenario?

Te apoyas en recursos tanto físicos como mentales para incrementar la proyección de tus movimientos y comerte el escenario?

6 PUESTA EN ESCENA

Creas entradas impactantes? Te sabes apoyar en recursos teatrales y en tus dotes de actriz para mantener la atención del público durante tu show? O sales a bailar, sin más?

7 MAKE UP | HAIRSTYLE | VESTUARIO

Consideras que tienes *Expertise* en cuanto al maquillaje de escenario?

Cómo son tus peinados? Usas tocados, pelucas o postizos para enriquecer tus espectáculos? Qué nivel consideras que tiene tu vestuario en cuanto a originalidad, calidad, lujo?

8 COMPOSICIÓN COREOGRÁFICA

Cómo te sientes en este punto? Conoces los diferentes métodos para hacer tus propias creaciones?

Escribe aquí tus reflexiones

1 TÉCNICA

2 EXPRESIÓN FACIAL & CORPORAL

3 ESTILOS

4 DESEMPEÑO ESCÉNICO

5 PRESENCIA ESCÉNICA

6 PUESTA EN ESCENA

7 MAKE UP | HAIRSTYLE | VESTUARIO

8 COMPOSICIÓN COREOGRÁFICA

Si quieres profesionalizarte, ten en cuenta estos puntos

1 PREPARACIÓN & ENSAYOS

“Fallar en la preparación, es prepararse para fallar”.

Te preparas con tiempo o lo dejas todo para última hora y llegas agobiada?

2 REDES SOCIALES

Tienes optimizado tus perfiles y que se entienda lo que ofreces para ser contratada?

Sabes llevar tus redes para destacar como bailarina?

3 FOTOS

Qué nivel tiene tu material audiovisual?

Tienes fotos e imágenes que hablen de tu calidad como Artista?

4 MATERIAL AUDIOVISUAL

Tus videos reflejan tu talento y calidad como bailarina?

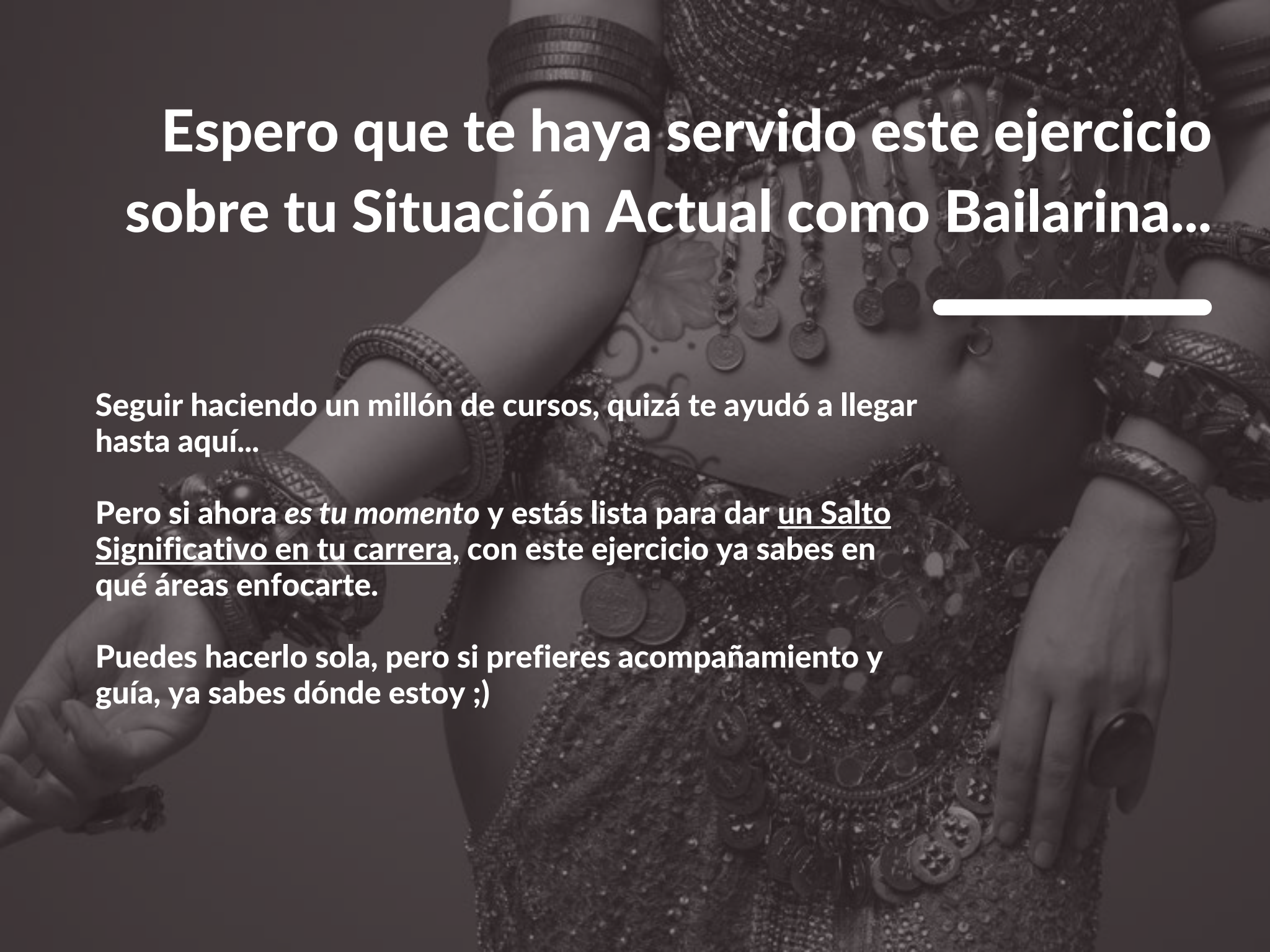
Escribe aquí tus reflexiones

1 PREPARACIÓN & ENSAYOS

2 REDES SOCIALES

3 FOTOS

4 MATERIAL AUDIOVISUAL



Espero que te haya servido este ejercicio sobre tu Situación Actual como Bailarina...

Seguir haciendo un millón de cursos, quizá te ayudó a llegar hasta aquí...

Pero si ahora es *tu momento* y estás lista para dar un Salto Significativo en tu carrera, con este ejercicio ya sabes en qué áreas enfocarte.

Puedes hacerlo sola, pero si prefieres acompañamiento y guía, ya sabes dónde estoy ;)

SAMARA HAYAT

Samara School **System**

Síguenos en:



samarahayat.com/school-system

Madrid - España

samarahayat@gmail.com

Whatsapp +34 656 306 717 Madrid. España