Electivo Danza Africana Contemporánea

Contenidos

- Peso, Centro de Gravedad.

- Pelvis soportes

- Coordinaciones básicas, disociaciones

-Usando la Gravedad para el movimiento: Masa, Gravedad, Inercia

Flujo:

-trayectorias de energía y articularidad

Autoconsciencia: Sensibilidad y atención, relación con la historia personal de cada uno.

- Conexión con el universo, las energías de la naturaleza y su propio sentir en la danza.

-Confianza y seguridad que brinda el uso de su cuerpo en las destrezas acrobáticas.

-Conciencia Periférica y Espacial.

Habilidades Técnico-física

-Experiencia, manejo y moviendo masa/peso

-Inversiones, invertida

-Transferencia de peso

-Habilidades de soporte.

-Palancas

-Articularidad y soltura articular

-Combinación de movimientos rápidos, fluidos y disociados.

-Comprensión biomecánica del trabajo motor articular de la pelvis.

Metodología

Trabajo corporal y anatómico del material en 11 sesiones prácticas en espacio reducido que posteriormente se podrán accionar en la vida cotidiana.

Se tomará en cuenta el espacio con el que cuente cada estudiantx y brindando todas las posibilidades de entendimiento y apropiación de la experiencia corporal consciente en una situación limitante, pero a su vez sacando todo lo positivo en términos de la experiencia de movimiento en soledad.

Claudia Munzenmayer

Profesotra de Danza

|  |  |
| --- | --- |
| Saberes / Contenidos | 1. Desarrollo histórico: Posmoderno norteamericano, Katherine Duham, Germaine Acogny y primera generación bailarines africanos. Valores culturales y sociales. Proceso de esclavitud, influencia de África en América.  2. Principios Posturales y Biomecánicos:  a. Peso, Centro de Gravedad.  b. Pelvis soportes  c. Coordinaciones básicas, disociaciones  d. Usando la Gravedad para el movimiento: Masa, Gravedad, Inercia  e. Flujo: trayectorias de energía y articularidad.  3. Estados perceptivos:  a. Autoconsciencia: Sensibilidad y atención, relación con la historia personal de cada uno. Conexión con el universo, las energías de la naturaleza y su propio sentir en la danza.  b. Confianza y seguridad que brinda el uso de su cuerpo en las destrezas acrobáticas.  c. Conciencia Periférica y Espacial.  4. Habilidades Técnico-físicas:   1. Experiencia, manejo y moviendo masa/peso 2. Inversiones, invertidas, 3. Rodadas, giros y caídas. 4. Transferencia de peso 5. Habilidades de soporte. 6. Palancas 7. Articularidad y soltura articular 8. Combinación de movimientos rápidos, fluidos y disociados. 9. Comprensión biomecánico del trabajo Corporal articular, Pelvis y Acrobacias. |
| Metodologías | Clase de danza fundada en la práctica guiada en base al lenguaje de la Danza Africana contemporánea, donde peso, flujo, columna ondulante, riesgo, seguridad, articularidad, motores de movimiento en especial a la comprensión del trabajo de la Pelvis y la columna, invitaran al estudiante a enriquecer su búsqueda hacia su propia danza, creando y contribuyendo a su riqueza de lenguaje y estilos. Se utiliza la práctica guiada a de habilidades técnicas y posturales para afinar coordinación específica, patrones básicos del lenguaje de la danza africana contemporáneo preparando en cada clase el cuerpo del estudiante a adquirir y sumar los propósitos técnicos para lograr los contenidos planteados en el programa para ir sumando en cada un desarrollo óptimo de sus habilidades . Cada sesión podrá estar configurada por varias secciones que abarcan los diferentes objetivos y contenidos: alineación y desarrollo muscular, orientación en el espacio, trabajo de suelo, trabajo motor articular trabajo de flujo y fraseos coreográficos. Además se apoyará la práctica con información teórica sobre el desarrollo de la técnica y comprensión biomecánico del cuerpo en este lenguaje con descripción de los principios, fundamentos y conceptos corporales. |