

Danza Moderna

PROYECTO ACTIVIDAD EXTRAESCOLAR HEIDELBERG 2011/2012



Metodología

La danza moderna no es más que la evolución natural de la danza clásica y la cual sufren todas las expresiones artísticas, donde siempre existen corrientes que prefieren seguir con lo clásico y otras que por el contrario aplican nuevas tendencias y crean nuevos estilos.

Los primeros cuestionamientos hacia el ballet clásico y la aparición de nuevas formas surgen hacia fines del siglo XIX, donde se procura dejar de lado los aspectos técnicos más rígidos para dar paso a otras vertientes.

Una de las grandes impulsoras de estos cambios fue la bailarina estadounidense Isadora Duncan, quien criticó varios aspectos de la danza clásica, a la cual consideraba como algo demasiado estructurado y por ello propone dotar la danza de movimientos que sean más naturales.

La incorporación de los pies descalzos en la danza moderna era la vuelta a la naturalidad y al estrecho contacto con el suelo, dando mayor libertad a los bailarines, además de más comodidad.

Objetivos generales

- Conocer y valorar su cuerpo y la actividad física como medio de expresión y disfrute de sus posibilidades motrices, de relación con los demás y recurso para organizar el tiempo libre.
- Adoptar hábitos de higiene, alimentación, posturales y de ejercicio físico, manifestando una actitud responsable hacia su propio cuerpo y de respeto a los demás, relacionando éstos hábitos con su efecto sobre la salud.
- Regular y dosificar su esfuerzo, adecuando el nivel de autoexigencia a sus posibilidades y a la naturaleza de la tarea que se realiza, desarrollando actividades de autoestima e identidad personal.
- Utilizar sus capacidades físicas y destrezas motrices.



- Participar en juegos y actividades, relacionándose de forma equilibrada y constructiva con los demás, evitando la discriminación por razones personales, raciales, sexuales ó sociales, e impidiendo los comportamientos agresivos y las actitudes de rivalidad en las actividades.
- Conocer, apreciar y disfrutar de los entornos en los que se desarrolla la actividad física participando en su conservación.
- Conocer y usar los recursos expresivos de nuestro cuerpo y todo su movimiento para comunicar sensaciones, ideas y sentimientos.
- Aprender la técnica corporal base para conocer la correcta colocación corporal, en posición estática y dinámica.

Objetivos específicos

- Introducir la danza moderna como actividad extraescolar en el colegio.
- Enseñar a los futuros alumnos lo que es en la danza moderna, dándoles a conocer los contenidos básicos de ésta actividad.
- Enseñar esta disciplina conlleva, no sólo la educación de ésta especialidad física, sino que además descubrirán la importancia de cumplir con unas normas concretas como es el atuendo, el cabello recogido, las zapatillas, el maquillaje,..etc.
- Analizar las condiciones de los niños y jóvenes por medio de una serie de pruebas para así sacar el mayor rendimiento de cada una de ellas. Valoraremos la destreza, la coordinación, agilidad y flexibilidad para conocer el punto de partida del grupo y así poder establecer unas metas específicas para este curso, adaptando siempre la dinámica de las clases al nivel del grupo.
- Conocer la técnica específica de los diferentes elementos y movimientos según el nivel.

Metodología

Para desarrollar las capacidades afectivas-sociales y artísticas, no sólo habrá que considerar los contenidos, sino que además debemos de procurar que la capacidad de decisión del alumnado y su progresiva toma de responsabilidades, así como la adopción de actitudes de interés, disfrute, respeto, solidaridad, se materialicen en la práctica diaria. Se trabajará por grupo de edades, para enseñar según las capacidades motrices, y desarrollo mental de los/as niños/as de acuerdo con su desarrollo cronológico.

Instrucción directa con explicaciones y ejemplos, tanto de la utilidad del ejercicio momentánea y futura, como de las sensaciones que han o no de experimentar para conseguir una técnica correcta.

Información visual, oral y táctil, para que se produzca feedback profesor-alumno-profesor.



Contenido

- Trabajo del cuerpo en el suelo.
- Trabajo con movimientos de respiración, las contracciones y relajación (Técnica Graham).
- La técnica realice y el contact.
- La técnica de improvisación.
- Técnica Humphrey: caída y recuperación.
- Coreografías con diferentes estilos.

Actividades programadas

Nuestras alumnas y alumnos participarán en espectáculos organizados en el Colegio Heidelberg.

Responsables de la actividad

Yéssica Sánchez Santana

- Profesora de Danza Moderna y Contemporánea
- Entrenadora Nacional de Gimnasia Rítmica
- Juez Nacional de Gimnasia Rítmica
- Experiencia con niñas de competición, pre-competición y escuela
- Actualmente trabaja como coordinadora técnica del Club Deportivo Sataute, Villa de Santa Brígida.

Fabiola Rodríguez Cerpa

- Licenciada en Danza (Especialidad Pedagogía de la Danza).
- Profesora de Danza Moderna y Contemporánea
- Juez Internacional de Gimnasia Rítmica.
- Entrenadora Nacional de Gimnasia Rítmica.
- Experiencia con niñas de competición, pre-competición y escuela.
- Actualmente colabora como Directora Técnica del Club Deportivo Sataute, Villa de Santa Brígida.