



COMPLESSO SCOLASTICO INTERNAZIONALE

# GIOVANNI PAOLO II

*Programma Annuale*

**ISTITUTO: Liceo Coreutico**

**CLASSE: I Liceo**

**MATERIA: Laboratorio Coreutico**

Modulo n° 1	Contenuti Cognitivi
<p><b>Attività pratica tecniche di fisiodanza</b></p> <p><b>Approccio allo studio teorico</b></p>	<ul style="list-style-type: none"><li>- Esplorazione dell'allineamento posturale;</li><li>- Conoscenza esperienziale dell'apparato muscolo-scheletrico;</li><li>- Conoscenza esperienziale delle capacità articolari individuali: mobilità della colonna vertebrale, mobilità del cingolo scapolare; lavoro sulla rotazione ed deors degli arti inferiori,</li><li>- Percezione ed attivazione della muscolatura profonda;</li><li>- Percezione e interiorizzazione del movimento;</li><li>- Uso di tecniche di supporto per stimolare la forza e l'elasticità muscolare;</li><li>- Studio teorico delle strutture scheletriche ed articolari;</li><li>- I piani del movimento;</li><li>- Analisi strutturale dei movimenti studiati nel programma di tecnica della danza;</li><li>- Approccio teorico ed estetico nello studio della tecnica della danza;</li><li>- riflessioni e analisi sulle esperienze curriculari ed extracurriculari programmate.</li></ul>