



COMPLESSO SCOLASTICO INTERNAZIONALE

GIOVANNI PAOLO II

Programma Annuale

ISTITUTO: Liceo Coreutico

CLASSE: III

MATERIA: *Tecnica della Danza Contemporanea indirizzo Contemporaneo*

Modulo n° 1	Contenuti Cognitivi
<p>Consolidamento dell'acquisizione degli elementi relativi alla ricerca di un corretto assetto posturale e di una fluida dinamica respiratoria.</p> <p>Approfondimento degli aspetti grammaticali del movimento presenti nella programmazione degli anni precedenti.</p> <p>Esplorazione di configurazioni e azioni corporee relative ai principi presenti nella tecnica release e al floor work, oltre che allo studio di elementi della tecnica Cunningham.</p>	<p>Verifica e consolidamento dei contenuti presenti nel programma del 2° anno nelle fasi della lezione a terra in piedi e nello spazio.</p> <p>Studio di esercizi base della tecnica Cunningham nella progressione presente nella struttura della lezione canonica: bounces, bachstretch, slow foot, shoulders, swing foot, warming bach, bend and deep bend (plié e grand plié), brush (tendù), off (jeté) circle (rond de jambe), swing legs, leg extension.</p>

Modulo n° 2	Contenuti Cognitivi
<p>Peso: incremento della capacità di gestire e modulare il peso nel lavoro a terra, in piedi e nello spazio attraverso la gestione degli appoggi e del bilanciamento.</p>	<p>Esercizi ed esperienze sul pavimento, anche in contatto e di scambio volte all'approfondimento della consapevolezza della gestione del peso. Esercizi al centro e nello spazio, in cui approssiare lo studio dell'integrazione del movimento della colonna vertebrale con quello degli arti inferiori</p>

Modulo n° 3	Contenuti Cognitivi
<p>Spazio: incremento dello studio relativo ai passaggi di livello, ai cambi di direzioni e alla variazione nei percorsi. Tempo: acquisizione della capacità di individuare, ed eseguire variazioni nelle componenti di ritmo e velocità. Energia: consapevolezza nella gestione della personale energia cinetica e delle diverse qualità di movimento</p>	<p>Studio di sequenze danzate sul pavimento in piedi e nello spazio in cui esplorare oltre alle qualità corporee la consapevolezza spaziale, quella ritmico-dinamica e quella relazionale.</p>