

– **ISTITUTO MAGISTRALE STATALE
“REGINA MARGHERITA”
Palermo**

PROGRAMMA DIDATTICO DI TECNICA DELLA DANZA CONTEMPORANEA

Classi prime – Liceo Coreutico

- Elementi di fisiodanza
- La respirazione
- Elementi di anatomia (lo scheletro ed i muscoli)
- Centro anatomico (il bacino ed il torace)
- Il baricentro
- Allineamento
- Le posizioni della danza prima e seconda posizione, in parallelo ed in en dehors
- Lo spazio, piani ed assi, la cinesfera, spazio relazionale, i livelli, le direzioni
- Over Under curve
- Il tempo binario e ternario applicato al movimento
- Qualità del movimento

–

**ISTITUTO MAGISTRALE STATALE
“REGINA MARGHERITA”
Palermo**

PROGRAMMA DIDATTICO DI TECNICA DELLA DANZA CONTEMPORANEA

Classi seconde – Liceo Coreutico

- Ripresa degli elementi dell'anno precedente ed aumento delle difficoltà
- La respirazione
- Elementi di anatomia (lo scheletro ed i muscoli)
- Centro anatomico (il bacino ed il torace)
- Il baricentro
- Allineamento
- Le qualità del movimento, il rapporto del corpo e del movimento nello spazio nel tempo e
- Il peso.
- Le posizioni della danza prima e seconda posizione, terza , quarta e quinta in parallelo ed in en dehors
- I volumi del corpo, inclinazioni della schiena e curve della schiena.
- L' energia, rapporto tra tensione e rilassamento, tensione e rilasciamento
- Over under curve
- Lo spazio , la cinesfera, i livelli e le direzioni
- Il tempo binario e ternario applicato al movimento
- Elementi di teoria, cosa è effort, lo spazio, sguardo ai percorsi del 900'