

PROGRAMACIÓN DANZA MODERNA



CURSO 2018/19



PROFESORA : RAQUEL CASAS DÍEZ

ASVEYCO

Glosario:

¿Qué es la Danza Moderna?

Objetivo General

Objetivos individuales

¿A quién va dirigida la actividad?

Contenidos

¿Qué se necesita para asistir a las clases?

Metodología

Planificación de la clase

Notas importantes

¿Qué es la danza moderna?



:

Es un medio de expresión, de comunicación social y de liberación, se trata de una actividad que garantiza la diversión a través de la música, el ritmo y de los ejercicios físicos, potenciando el desarrollo de los movimientos de coordinación, flexibilidad, tono muscular, importancia trabajo en equipo, desarrollo de la seguridad en uno mismo.

- **Objetivo general:**

Es introducir a los niños/as en la danza, e identificar el ritmo de la música con una especial atención a los estilos y diferentes ritmos, esto es beneficioso tanto en su desarrollo motor como cognitivo.

- **Objetivos individuales:**

- Incentivar a los niños que logren comunicarse con su cuerpo, sin usar las palabras

-Realizar danzas y juegos individuales, en pareja y grupo para aprender pasos, corregir posturas y posiciones.

-Promover el sentido rítmico mediante el equilibrio.

-Disfrutar y sentir la música y los movimientos.

- Desarrollar la creatividad en el alumno para que sea capaz de elaborar sus propias coreografías.
- Coordinar música, cuerpo y pasos.
- Realizar coreografías en grupo, pareja o individuales para su representación después.
- Superar posibles miedos o vergüenza.

- ¿A quién va dirigido?

Niños/as de 3 a 11 años

Horario: 17'15 a 18:45h todos los miércoles.

- Contenidos de las clases: ¿Qué hace en las clases de Danza moderna ?

A través de la danza moderna desarrollaremos coreografías al ritmo de los diferentes estilos musicales.

Para ello realizaremos actividades individuales y grupales, centradas en técnicas y juegos de expresión, esquema corporal y armonía postural. Así como de aprendizaje de pasos, posturas, (coreografías) e improvisación de movimiento.

Por otro lado, trabajaremos distintas técnicas, movimientos sincronizados, control del cuerpo, posturas, odio y la rapidez de los sentidos.

Y pondremos en práctica valores como la constancia y dedicación, logro de alcanzar sus propósitos, y la noción de la importancia del trabajar en equipo, cada vez que realicen coreografías en grupo ó a través de los distintos juegos de expresión corporal que se realizarán en el aula.

- ¿Qué se necesita para asistir a nuestra clase de Danza Moderna?

-Que a los niños/as les guste la música, disfruten bailando y que tengan muchas ganas de pasarlo bien y aprender.

-A las clases se asistirá con ropa cómoda, chándal, mallas, deportivas...,(ropa que no limite movimientos, con la cual el alumno esté cómodo) no es necesario invertir dinero en un vestuario especial. También una toalla (estilo playa que tengamos en casa) para tumbarnos encima en el ejercicio de relajación.

- Metodología:

Enseñar desde el cariño y el respeto, crear un ambiente cálido y amable donde los alumnos/as se sientan cómodos, aprendan divirtiéndose.



- Planificación de nuestra clase de Danza Moderna

■ PRIMERA PARTE:

Todos los miércoles nada más llegar nos sentamos en círculo y hacemos una **asamblea** donde nos contamos diferentes cosas o gustos, de esta forma nos conocemos un poco más y potenciamos la confianza



■ SEGUNDA PARTE:

Después haremos ejercicios de **calentamiento**, calentamos nuestro cuerpo (cabeza, cuello, tronco, caderas, brazos, manos piernas, tobillos, pies) para evitar hacernos daño o posibles lesiones



■ TERCERA PARTE:

Empezamos **enseñar pasos y a ejecutarlos** con música, poco a poco montaremos diferentes coreografías, a final de curso se producirá un Festival donde se podrán ver los trabajos que hemos hecho. Siempre se tendrán muy presentes los gustos musicales de los alumnos, no se trata de imponer sino de disfrutar de lo que estamos haciendo.

■ CUARTA PARTE:

-Juegos de expresión corporal:

Son muy importantes **La Expresión Corporal** permite el desarrollo de la imaginación, la improvisación, creatividad, ayuda a descubrir los mecanismos de funcionamiento de nuestro cuerpo (La motricidad y coordinación de nuestros movimientos), el trabajo en equipo ,la cooperación ,ayuda, la superación. Esto va ser beneficioso para trabajar coreografías y también va a enriquecer la personalidad de los alumnos en otros ámbitos.

Ejemplo de juegos de expresión corporal (*todos los juegos se realizarán con música)

Juego de las sillas: Una silla menos que jugadores. Los jugadores corren alrededor de las sillas mientras suena una música. Al parar ésta deben sentarse. El que quede sin sitio se elimina y se lleva una silla. Para evitar que los alumnos se queden sin jugar, otorgar un punto a quien se quede sin silla. Gana el jugador que tenga menos puntos. Si no disponemos de equipo musical, se pueden tocar las palmas o golpear un objeto y que se sienten con el silencio.

■ QUINTA PARTE:

Ejercicio de relajación:

Nos tumbaremos encima de una toalla, para realizar ejercicios suaves que nos relajen, en esta sesión se emplearán:

-Técnicas de respiración (respiración suave, soltamos aire, respiraciones más profundas...)

-Movimientos suaves (Subimos brazos, piernas suavemente, después tronco, etc. todo será de forma tranquila y relajada.



Después de la relajación será el momento de la despedida y entrega.

- **Notas Importantes:**

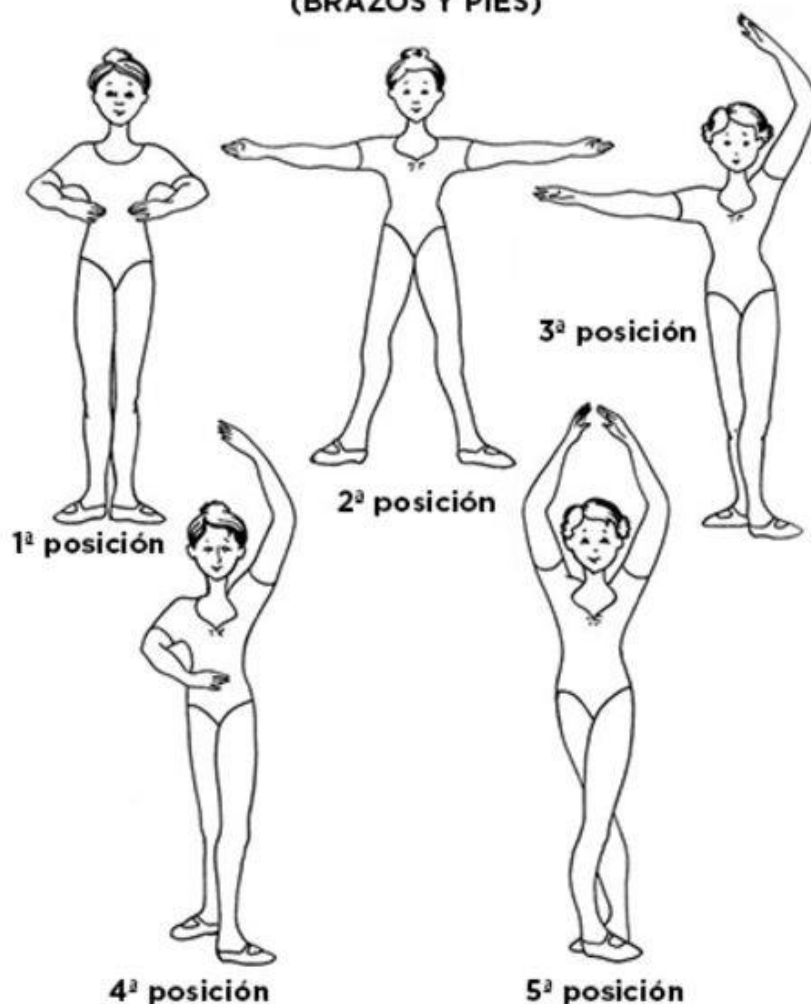
Cuando nos despedimos hasta la siguiente clase y se hace entrega de los alumnos a los papás ó familiares indicados (**los Alumnos/as nunca podrán salir fuera del aula hasta que padres o familiares vengan a por él/ella**)

Durante todo el curso se van a trabajar distintos estilos de música, así como pasos para estos estilos, (funky, rap, salsa.) y se realizarán diferentes coreografías tanto grupales, parejas, como individuales que se representarán a final de curso en un Centro Cultural de la zona, es decir **a final de curso, tendrá lugar un festival donde los padres y familiares podrán disfrutar de los bailes que han aprendido sus hijos/as.**



Por otro lado también se trabajarán posiciones de la danza clásica ya que es la base de la danza Moderna.

LAS CINCO POSICIONES BÁSICAS DE LA DANZA CLÁSICA (BRAZOS Y PIES)



El curso estará compuesto por tres trimestres dando comienzo las clases en octubre y finalizando a finales de junio. (con periodos de descanso como Navidad, Semana Santa o fiestas puntales de algún mes que coincidan en miércoles día de la clase, es decir, nos regimos por el calendario escolar).

Además de la realización del festival, el último día de clase se les hará entrega de un diploma.