

NOM de la formació: Danses d'arreu

Nivell, si cal: Tothom qui ho vulgui

Persona que s'ofereix com a formadora: Mont +

Dies i hores de disponibilitat: Dimarts de 12:30 a 14

Activitat
XIC



| Objectius | Continguts a treballar |
|---|--|
| - Aprendre a conèixer el propi cos, i desinhibir-se per poder bellugar-se amb tranquil·litat i soltura. | - Moviments improvisats del cos, amb músiques diverses |
| | - Fer jocs i exercicis amb el cos per anar agafant consciència i domini corporal. |
| - Aprendre diferents danses de diferents països, a proposta dels mateixos alumnes. | - Treballar alguna dansa catalana |
| | - Treballar la coreografia d'algunes danses de diferents països, proposades per algú del taller. |
| - Poder oferir una petita demostració a la resta de l'escola, en alguna festa. | - Exposar davant dels altres, en alguna festa, el que s'ha treballat |
| | - Ensenyar a tothom qui vulgui, alguna dansa senzilla |

Nombre de sessions i durada: Una per setmana d'una hora i mitja

Grandària màxima del grup: 20 persones com a màxim, 8 com a mínim

Continguts de cada sessió:

- Coneixement del propi cos.
- Improvisació amb el cos a partir d'una música.
- Jocs ritmats per agafar regularitat, a partir d'una música.
- Coreografiar alguna dansa proposada per algú del taller.

-Metodologia:

- Exercicis lliures per anar agafant consciència del propi cos, amb música.
- Algun joc de moviment amb música.
- Exercicis previs necessaris per aprendre una dansa en concret.
- Aprendre la coreografia d'una danses, per passos.

Material i recursos necessaris:

- Mocadors

- Cd's
- Aparell de música
- Altres elements, segons la dansa: picarols, bastons....
- A poder ser, una roba i un calçat còmode per bellugar-se.

Infraestructura necessària:

- Una sala gran

Altres:

- L'ideal seria que els/les mateixes alumnes del taller proposessin danses del seu país, amb un mínim d'estructura, per poder-les treballar i posteriorment exposar i si cal ensenyar, en alguna festa de l'escola.

