

# CONVITTO NAZIONALE “VITTORIO EMANUELE II” - ROMA

## Liceo Coreutico

### **PROGRAMMA DISCIPLINARE SVOLTO a.s.2023/24**

**Materia:** Tecnica della danza contemporanea

**Classe:** II A

**N. ore settimanali:** 2

**Docente:** Rosa Micchi

**Dipartimento di riferimento:** Coreutico

#### **OBIETTIVI DISCIPLINARI SPECIFICI**

- Apprendere linguaggi corporei diversi da quello della danza classica.
- Percepire e prendere coscienza del movimento inteso come movimento globale.
- Sviluppare concentrazione, autocontrollo e capacità di osservazione.
- Interpretare sequenze e/o cellule di movimento dinamico-ritmiche attraverso disegni spaziali.
- Eseguire e interpretare brevi elaborati coreografici individuali e/o di gruppo.

#### **CONTENUTI**

Il percorso didattico e formativo del programma si è sostanziato nello studio del metodo *Release* integrato con elementi di *Floorwork*.

La lezione è stata così strutturata:

1. Lavoro a terra
2. Lavoro in piedi al centro
3. Lavoro attraverso lo spazio

#### **Elementi del metodo *Release* con integrazioni di elementi di *Floorwork*:**

- Andature nello spazio.
- Esercizi a terra sulla mobilità della colonna (flessione, inclinazione, torsione, estensione).
- Sequenze a terra per prendere coscienza del movimento inteso come movimento globale.
- Esercizi a terra e in stazione eretta di allineamento posturale.
- Studio sull'origine del movimento.
- *Swing* a terra, in piedi e nello spazio applicati a diverse parti del corpo.
- Riscaldamento attraverso sequenze di stretching dinamico e potenziamento muscolare.
- Studio sulle cadute in asse e fuori asse (variazione di livelli basso-medio-alto, di direzioni avanti-lato-dietro, girate sul posto e nello spazio).
- *Undercurve-Overcurve*.
- Esercizi di base per l'impostazione delle cinque posizioni della schiena (*curva, twist, tilt, arco, upright*)
- Lavoro nello spazio: studio delle diverse tipologie di rotoli a terra, studio delle diverse tipologie di scivolate.
- Studio di semplici elementi di inversione del corpo (capriole, posizioni con il trasferimento del peso su diversi punti del corpo, semplici tipologie di verticale).
- Semplici moduli dinamico-ritmici nei diversi livelli, direzioni e percorsi spaziali.
- Semplici salti e giri sul posto e nello spazio (su due gambe e su una gamba).
- Esecuzione e interpretazione di brevi elaborati coreografici di gruppo.

#### **Terminologia specifica**

- Analizzare e argomentare le esperienze di movimento e le nozioni teoriche attraverso un corretto uso della terminologia specifica.

**MEZZI E STRUMENTI DIDATTICI:**

- Sala danza
- Pianoforte e maestro accompagnatore
- App musicali e impianto stereo
- Dispense fornite dalla docente
- TIC

**METODOLOGIE DIDATTICHE:**

- Lezione frontale pratica e teorica
- Attività laboratoriali cooperative e collaborative
- *Peer tutoring*
- *Brainstorming*
- *Problem solving*
- *Circle Time*
- Ricerca individuale
- Esercitazioni individuali
- Conversazione guidata

**CRITERI, STRUMENTI DI VALUTAZIONE E GRIGLIE VALUTATIVE:**

Si rimanda alla programmazione di Dipartimento coreutico.

Roma 11 Giugno 2024

Prof.ssa Rosa Micchi

