

DESCRIPCIÓ DE L'ACTIVITAT DE DANSA CREATIVA A L'ESCOLA DE LURDES

Una extraescolar molt interessant: dansa creativa.

“Partint de la capacitat lúdica de la dansa, les classes pretenen, d'una banda, donar elements als nens i a les nenes per a què experimentin el fet de moure's, de moure's amb intenció i de manera harmoniosa, que finalment esdevindrà ball, dansa. I de l'altra, ajudar-los a descobrir les possibilitats del cos i del moviment, així com apropar-los l'experiència del ball com una forma d'expressió i de creació personal accessible a tothom.

La dansa desenvolupa en l'infant el gust i el plaer per moure's, el coneixement d'un mateix, i li dóna confiança, seguretat i soltesa. En **l'activitat de dansa** es busca crear un espai on tot això sigui possible, en el qual els nens i les nenes puguin experimentar, crear, compartir i ensenyar les seves creacions en un ambient adequat, tranquil i seriós i, a la vegada, fomentar el respecte per l'activitat, el grup i el material amb què es treballa.

Amb les **coreografies** descobreixen l'espai propi i l'espai en relació als altres. També descobreixen diferents ritmes i la coordinació de moviments. Les coreografies són peces acabades que demanen memòria física, on les seves aportacions són importants perquè donen valor als seus gustos i a les seves inquietuds.

Les **improvisacions** són un espai amb materials de textures, colors, pesos i formes diverses com plomes, barrets, capsos, robes, màscares, etc. Aquestes tenen un caràcter efímer i estan més a prop de l'experimentació que d'un producte acabat. El nen o la nena va tenint idees que ha de resoldre ballant, utilitzant la música com a generadora de qualitat de moviment, d'estats d'ànim i d'històries.

Per acabar, la **relaxació** i la introducció de massatges en parelles serveix perquè els nens i les nenes vagin trobant el pes del propi cos i el coneguin millor com a eina de calma i recuperació.”

Les classes de Dansa HIP HOP

Els objectius principals de l'activitat són:

- Compartir
- Respectar
- Aprendre i
- Gaudir

Durant l'activitat es treballen i es potencien diferents aspectes relacionats amb el ritme, la coordinació, el desenvolupament del cos i l'expressió corporal, l'elasticitat, el joc, la creativitat, el treball en equip (petits i grans), aprendre una coreografia,

Tot això es fa a partir de:

- Un escalfament a l'inici de l'activitat que es realitza amb diferents exercicis per cada part del cos, es treballa el ritme, les diferents direccions, l'elasticitat, etc.
- Un treball de jocs, amb equilibris, contra pesos, desequilibris, contacte amb el terra, reflexes, etc.
- Un treball en diagonal, amb diferents passos tècnics de 2 en 2, posar-se en una situació, per exemple: imaginar que ballen en la sorra, amb el sostre baix, com una aranya, etc.
- Treball coreogràfic: aprendre una coreografia amb passos que hem vist durant els exercicis realitzats, aprendre a ballar en grup i coordinats, fomentar la relació amb els altres, etc.
- Treballar la creativitat: un sol, en petits grups de 2,3 o 4 nens, etc. Amb això fomentar i desenvolupar el treball en equip i el paper que té cadascú dins del grup. Per exemple, treballar un joc de ritme de 2 en 2, fer una mini coreografia amb cercles (Hula Hop) de 3 en 3, ...