

PROGRAMMA DIDATTICO
OPERATORE SPORTIVO VOLONTARIO UISP
DANZA ORIENTALE

1. PROGRAMMA DI ANATOMIA

(conoscenza generale dei principali tessuti del corpo umano: ossa, muscoli, articolazioni e loro funzionamento con particolare attenzione alla colonna vertebrale, all'articolazione del ginocchio e dell'anca, posture);

Importanza del riscaldamento e dello stretching;

2. PEDAGOGIA DELL'INSEGNAMENTO

figura dell'insegnante, concetto di professionalità e deontologia professionale, differenze tra obiettivi delle Scuole, dell'Insegnante, degli Allievi; il clima della lezione, l'uso dello specchio, le correzioni, la gestione della classe, "gruppo" come strumento di lavoro e sue dinamiche, benefici fisici e psicologici della Danza Orientale;

3. MUSICA ARABA (CARATTERISTICHE SALIENTI E DIFFERENZE CON LA MUSICA OCCIDENTALE, PRINCIPALI STRUMENTI MUSICALI CLASSICI E FOLCLORICI, STRUTTURA DEI PRINCIPALI RITMI ARABI)

4. ORIGINI ED EVOLUZIONE STORICA DELLA DANZA ORIENTALE

5. STILI DELLA DANZA ORIENTALE (CENNI TEORICI)

- *Sharki classico e moderno, le grandi dive;*
- *Il baladi;*
- *Il folclore;*

6. PRINCIPALI ACCESSORI UTILIZZATI NELLA DANZA ORIENTALE (CENNI TEORICI)

- *Velo;*
- *Melaya;*
- *Ali di Iside;*
- *Bastone;*
- *Cimbali;*
- *Candelabro;*
- *Spada;*
- *Tamburello;*

7. PROGRAMMA DIDATTICO SUDDIVISO PER LIVELLI BASE INTERMEDIO

Obiettivo didattici di un corso base e di un corso intermedio; impostazione metodologica della lezione; metodo usato nella suddivisione del programma per livelli. Percezione corporea, postura, impostazione basiliche di piedi, braccia, mani, passi, movimenti, sequenze. Importanza del riscaldamento e dello stretching;

8. PARTE PRATICA

- *Tecnica di base di passi, ondulazioni, percussioni, tromblement-vibrazioni e braccia e nomenclatura degli stessi;*
- *Impostazione di una lezione tipo;*
- *Impostazione di una coreografia di liv. Base ai corsi.*