



UITLEG VAKKEN DANS

Klassiek ballet

Tijdens de lessen klassiek ballet wordt er gewerkt aan placement, stabiliteit, uithouding, lenigheid en coördinatie van de bewegingen. In de tweede graad dans richten we ons eerst op het beheersen en inzetten van de basistechnieken, een juiste lichaamsplaatsing, ontwikkelen van het lichaamsbesef, opbouwen van voldoende vormspanning en het inoefen van de harmonische coördinatie van je lichaam.

In de lessen klassiek ligt de nadruk op techniek, vormspanning, uithouding, coördinatie en presentatie. Dit wordt geoefend aan de barre, au milieu (in het midden), in verplaatsingen en in sprongen.

In de lessen klassiek ballet word je tevens opgeleid in het dansen op pointes en in pas-de-deux.

Hedendaagse dans

Tijdens de lessen hedendaagse dans wordt er ook gewerkt aan technieken die zich richten op lichaamsplaatsing en -besef, stabiliteit, beweeglijkheid, coördinatie en creëren van dynamiek. De leerling wordt begeleid naar het inzetten van ballettechnieken in hedendaagse dansvormen en er worden ook andere bewegingsprincipes geleerd die uit de hedendaagse dans voortkomen zoals: het gebruiken van het lichaamsgewicht, vloerwerk, soepel bewegen met de torso, verplaatsingen, sprongen, combinaties, partnerwerk en contactimprovisatie. In zowel de hedendaagse als klassieke technieklessen wordt er ingezet op je muzikaliteit en gevoel voor timing.

Creatie

Deze lessen hebben als doel de creativiteit van de leerling te prikkelen. Tijdens deze lessen leer je stap voor stap improviseren met beweging en leer je dans maken. Aan de hand van de creatieve opdrachten ontwikkel je stap voor stap je eigen danstaal. De nadruk ligt op de leerling in zijn/haar rol als jonge danskunstenaar. Naast het maken van eigen creaties krijg je ook dansen aangeleerd en leer je aan het werk van anderen een eigen interpretatie te geven. We leren over verschillende creatietechnieken, choreografen en hun aanpak, je leert feedback geven aan je klasgenoten en veel meer.



Lichaamswerk

In dit vak gaan we werken aan je conditie, je kracht, je vormspanning, je lenigheid, je uithouding, enzovoort. Alle fysieke basisvaardigheden die je moet bezitten om te kunnen evolueren als danser. Je lichaamsbesef en je fysieke mogelijkheden groeien door deze lessen.

Danstheorie

Je leert over de dansgeschiedenis, de anatomie van het menselijk lichaam, blessurepreventie en voeding. Je maakt kennis met choreografen en dansers uit verschillende tijden en hun werk. Je bespreekt wat dans is, wat het betekent om een danser te zijn. Je leert hoe het lichaam functioneert tijdens het bewegen. Kortom je ontwikkelt je inzicht in de bewegingskunst en de professionele danswereld.