

## UITLEG VAKKEN DANS

### **Klassiek ballet**

Tijdens de lessen klassiek ballet wordt er gewerkt aan placement, stabiliteit, uithouding, lenigheid en coördinatie van de bewegingen. We bieden een sterk klassiek traject aan om een hoog niveau te behalen waardoor leerlingen na hun danshumaniora met een solide basis kunnen doorstromen naar verdere dansopleidingen.

In de lessen klassiek ligt de nadruk op techniek en uitvoering, 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**

Naast de klassieke techniek bieden we een stevig hedendaags traject aan. Tijdens deze lessen wordt er gewerkt aan placement, stabiliteit, beweeglijkheid, uithouding en coördinatie. De nadruk ligt in deze lessen ook op techniek en uitvoering.

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.

### **Improvisatie en Compositie**

Deze lessen hebben als doel de creativiteit van de leerling te prikkelen. Tijdens de lessen Improvisatie & Compositie verwerken en verdiepen we de kennis en vaardigheden die opgedaan worden in de klassieke en hedendaagse dansles in kunstzinnige contexten. Aan de hand van creatieve opdrachten verdiepen we de technische uitvoering, motiveren we de leerling verbinding te zoeken tussen de verschillende aangeboden dansstijlen en ontwikkelt de leerling zijn/haar eigen danstaal. De nadruk ligt op de leerling in zijn/haar rol als danskunstenaar. Je leert choreografieën opnemen, creëren, variëren, bespreken, analyseren en meer.

### **Lichaamswerk**

We brengen de fysieke talenten en werkpunten in kaart en werken aan bewustwording van het lichaam als dansinstrument. We werken aan spierkracht, controle, stretchen, uithouding en praten over blessurepreventie.

Waar mogelijk verbinden we deze lessen met de lessen natuurwetenschappen en lichamelijke opvoeding.

### **Danstheorie**

Je leert over de dansgeschiedenis, de anatomie van het menselijk lichaam, blessurepreventie en voeding. Je maakt kennis met choreografen en hun werk. Je krijgt een beeld van de professionele danswereld.