

DANSA I MOVIMENT

El teu cos el teu mestre

Eines per apropar l'anatomia de forma vivencial a l'aula

amb **Claudia Solwat de Move Anatomy**



De l'interès d'investigar, crear eines pedagògiques i difondre el coneixement del cos; la ballarina i creadora **Claudia Solwat**, membre del **col·lectiu Move Anatomy**, ens ofereix una formació molt detallada de dinàmiques i pràctiques per apropar l'anatomia d'una forma vivencial a les aules i facilitar el coneixement del cos des d'estímuls sensorials i des del moviment. Mitjançant l'aplicació d'aquestes eines, podrem: descobrir plegades de forma somàtica i empírica el cos; crear hàbits i pràctiques de moviment; apropar-se al cos de forma científica i artística; tenir una vivència integrada del propi cos; entendre que el cos és una unitat i generar espais per a compartir vivències, qüestionar-se, explorar i descobrir al voltant del cos.

Idioma: català

Duració: 70 minuts aproximadament

Índex de la formació

1. Presentació
2. El teu cos el teu mestre. Eines per apropar l'anatomia de forma vivencial a l'aula
 - Revisió bibliogràfica al voltant de l'anatomia
 - Enfocament de la recerca amb el grup de treball
 - a. Coneixement previ del cos

- Hàbits de moviment a l'aula
 - a. Sacsejar-se
 - b. Badallar
 - c. Escoltar-se o mirar-se endins
 - D'anatomistes a cirurgians
 - Pràctiques al voltant de les extremitats
 - a. Explorar les mans
 - b. Explorar els peus
 - Pràctiques al voltant de la pell
 - Pràctiques al voltant dels òrgans del sentit
 - Pràctiques al voltant del sistema nerviós
 - a. Explorar la columna vertebral
 - b. Explorar el tòrax: l'aparell circulatori i l'aparell respiratori
 - Pràctiques al voltant de la pelvis
 - Pràctiques al voltant de les articulacions
 - Pràctiques al voltant de la fàscia
3. Idees finals

Referències

- Claudia Solwat: www.tea-tron.com/lasolwat
- Bibliografia i espais per visitar:
 1. www.gilhedley.com Un referent: Comparteix molt de material visual i descobriments de disseccions. Hi han imatges molt potents i explicacions molt properes i actualitzades (per adults)
 2. *IL·LUMINATOMIA.* Carnovsky. Kate Davies. Cruïlla
 3. *MIRO EL MON.* Romana Romanyshyn. Andryll Lesiv. Zahori
 4. *EL TEU COS MOLA.* Tyler Feder. Bellaterra
 5. *ES DIU COS.* Pere Formiguera
 6. *EL CUERPO HUMANO.* Joelle Jolivet. Ide-aka.