

Ficha

Tipo	Optativa especial
Duración	Segundo cuatrimestre
Días	lunes
Horario	10:00 a 11:30
Aula	Espacio V Centenario Aula Artes Escénicas
Primer día	12 enero 2026
Último día	13 abril 2026

Responsable

D.ª Elizaberta López Pérez

Profesorado colaborador

D.ª Manuela Avilés Martos

Descriptor de la asignatura

DanzArte, tiene como objetivo general contribuir a un envejecimiento saludable y activo, lleno de disfrute y de nuevas posibilidades por medio de la danza y la actividad artística.

Numerosos estudios neurocientíficos describen con detalle los beneficios de la danza para nuestros sistemas neuronal, endocrino e inmune, además de ser una valiosísima herramienta terapéutica para la prevención y mejora de la salud mental y emocional. La danza en grupo nos conecta a los/as demás, genera sentimiento de comunidad, nos posibilita encuentros de afectividad además de incrementar nuestro potencial expresivo y creador. Para contribuir al alcance de nuestro objetivo, nuestra propuesta está orientada a mejorar el funcionamiento físico, a través de la movilidad, el control postural, la respiración, la relajación, etc.; y favorecer, el bienestar emocional mediante el incremento de la autoestima, la interacción social, el empoderamiento, etc.

Programa de la asignatura

1. Relación espacio/cuerpo/movimiento.
2. Percepción del propio cuerpo y la del cuerpo de los/as demás.
3. Cualidades físicas del movimiento.
4. Sinergia, ritmo, sincronización, distensión, eutonía, fluidez, etc.
5. El gesto como caligrafía del ser.
6. Impulso vital, afectividad, creatividad, sexualidad y trascendencia.
7. Disolución de corazas caracterológicas.
8. Conexión interior a nivel físico, emocional y mental.
9. Percepción y expresión de las diferentes emociones.
10. Contacto corporal.
11. Conexión con el grupo.
12. Relajación.
13. Espontaneidad, juego, niño/a interior.
14. Cualidades táctiles de la materia y accesorios.
15. Emoción estética.
16. Transformación de los hábitos expresivos y proyección existencial. Algunos temas a trabajar dependen de la dinámica grupal y las necesidades de cada participante.