Bitácora
Sistematización de la experiencia

Datos de contexto

Red: Danza Énfasis (lote): 4 Danzas Urbanas
Laboratorio de Creación (Grupo): Laboratorio Base 2 4ESKuela

Participantes (Comuna, Barrio, etc): Comuna 4 Aranjuez

Fecha: Julio Horario: Miércoles 5:00 p.m. – 9:00 p.m. Lugar: IE Tomás Carrasquilla

Artista Formador: ZRock

Observaciones proceso de exploración artística

- Rockin y bounce: la decadencia del breakin, la manera como marcamos el ritmo a través del ir y venir del cuero lo que llamamos el "flow" al momento de realizar algún movimiento, esto es una de las bases al momento de iniciar en danza porque permite que el cuerpo reconozca la sensación de la música funk, rap, breakbeast, etc.
- Movimientos fundamentales de top rock: salsa rock, Criss Cross, 2 step, indian step.
- Go Downs (bajadas): como hacer una transición de estar de pie a ir al piso de manera fluida, drop, barrida y knee spin.
- Brindar herramientas para el fortalecimiento del cuerpo a través de ejercicios y actividades para trabajar la resistencia, equilibrio, fuerza, velocidad, flexibilidad y por medio de estás que aprendan entrenar su cuerpo en clase y en casa.

Reflexión aspectos socio culturales del grupo y fortalecimiento de capacidades (imaginación, juicio crítico, disfrute, práxis ética, afiliación, sensibilidad …)

- Se observa una diversidad de niveles, abarcando desde personas con habilidades en danza intermedias o en su base de aprendizaje. Esta variedad en el nivel de habilidades enriquece la dinámica del grupo, permitiendo el intercambio de experiencias y el crecimiento colectivo.
- Respecto a las edades, el grupo es amplio, la mayoría de ciclos de desarrollo tempranos.
- Se plantea una narrativa de "El barrio y sus códigos."
- Por ahora, se notan cambios pequeños pero se espera poder concretar más adelante cambios significativos.

Otras observaciones particulares