

TEST : CONCEPTOS DE DANZA CONTEMPORÁNEA .

Elige la respuesta correcta :

1. ¿ Como se llama la reconocida pedagoga ,coreógrafa y artista bailarina, llamada la madre de la Danza Moderna ?
 - a) Isadora Duncan
 - b) Marcha Graham
 - c) Jennifer López
2. ¿ Cual es la directriz a seguir para realizar el Paralelo?
 - a) Isquiones debajo de los hombros y dedo meñique del pie hacia adelante.
 - b) Mantener las rodillas en en dehors ,encima del 2º/3º dedo del pie y estos hacia adelante .
 - c) Talones debajo de isquiones ,rodillas caen sobre los dedos y estos hacia adelante .
3. ¿ A que se le llama Contracción (Contract) en la danza Contemporánea?
 - a) Al trabajo de fuerzas opuestas que se origina en la pelvis en anteversión alargando las lumbares formando una sensación cóncava y hueca .
 - b) Las contracciones uterinas para dar a luz.
 - c) A la defensa muscular dolorosa creada en cualquier parte del cuerpo por exceso de tensión y trabajo de esa zona.
4. ¿ Que es un Flat back?
 - a) El reflejo o imagen en la mente en forma de destello espontáneo que nos remite al pasado o alguna experiencia pasada.
 - b) La inclinación del torso en línea recta .
 - c) La inclinación del tronco formando 90° en relación con el suelo.
5. ¿ A que se refiere en danza contemporánea “ Dejar el peso”?
 - a) A una caída originado por alguna parte del cuerpo o de todo el cuerpo en la la fuerza de la gravedad junto con la exhalación de la respiración, ejercen un abandono hacia el suelo .
 - b) Adelgazar e intentar tener un cuerpo ligero sin exceso de kilos.
 - c) Intentar dejar el peso de los problemas cotidianos fuera del aula de danza para una mayor concentración y goce de la misma.
6. ¿ Donde se origina el “ Redondo” en tu cuerpo ,en la danza contemporánea?
 - a) En el torso ,que cae formando una figura redondeada en las vértebras flexionándola y flexibilizándolas.
 - b) En la sensación imaginaria de líneas redondas en todos los trazos y movimientos que cualquier parte de tu cuerpo realiza.
 - c) En la cabeza , que desde el eje vertical y soltando el aire y el peso van saliendo de dicho eje arrastrando las vértebras en sucesión sin implicar movimiento alguno en el centro de gravedad (pelvis).
- 7.¿ Que imagen o sensación es la más apropiada para ti al realizar un swing en danza contemporánea?
 - a) Un estilo de baile.
 - b) La brazada de un nadador.

c) Un péndulo o movimiento pendular.

8. ¿ A que se le llama “ foco” en la danza?

- a) Instrumentos de iluminación para un escenario.
- b) Proyección de la mirada hacia algún punto apoyando así a la intención/ dirección/ concreción de un movimiento o frase de movimiento.
- c) El macho de la foca.

8. ¿ Que es un “Monkey”?

- a) Una deslizada en el suelo.
- b) Un arrastre en el suelo.
- c) Una rodada en el suelo.

9. ¿ Cuantos puntos de apoyo tiene el “Trípode “?

- a) Los que se necesite, lo importante es que el centro esté arriba y mucha fuerza en las manos.
- b) Ninguno. Es solo alzar la cadera y coordinar respiración/dirección/impulso.
- c) Tres apoyos: Omóplato, y los 2 pies.

10. ¿ Es importante el “ En dehors”en la Danza Contemporánea?

- a) Igual de importante que todos los elementos y recursos corporales que el bailarín necesite para formar su cuerpo y su técnica.
- b) No, nada importante. La danza Contemporánea es libertad y no se requiere exigencias.
- c) Es lo más importante; sin En dehors no puedes desarrollar tu técnica en danza contemporánea.