

Anatomi

Detaljerad kursplan. Dokumentet finns under "Alla filer och länkar" i Schoolsoft.

Om kursen

Innehåll

Syftet med anatomiundervisningen är att studenterna skall få en fördjupad kunskap kring den egna kroppen. Att lära sig hur ens kropp är uppbyggd och fungerar, ge förståelse för dess resurser och begränsningar. I det dagliga fysiska arbetet är det en nödvändig kunskap för att kunna ta ansvar för sitt instrument, kroppen.

Mål

Efter slutförd kurs ska den studerande kunna/ha

Kunskaper om:

Kroppens uppbyggnad och funktion
Den egna kroppen i syfte att förebygga skador
Effektiv rehabilitering

Färdigheter i att:

Uppnå kroppskontroll, kroppskänedom och styrka

Kompetenser för att:

Självständigt ansvara för utveckling av kroppskontroll genom kroppskänedom och styrka
Kroppsligt reflektera

Undervisningsformer

Teoretisk undervisning i anatomi och fysiologi
Praktisk anatomi genom rörelse
Liggande stabiliserande och stärkande övningar som är utformade för att passa just dansarens specifika behov.
Fokus på de djupt liggande musklerna, på rörelseomfång, utåtvridning och bålstabilitet.

Kunskapskontroll

Kunskapskontroll görs praktiskt genom löpande individuell handledning samt genomförda övningsuppgifter.

Studieintyg

Intyg utfärdas när den studerande uppnått samtliga mål för kursen, aktivt deltagit i undervisningen samt genomfört och redovisat kursens delmoment/uppgifter. Intyget ingår i utbildningsbeviset som erhålls vid utbildningens avslut.

Kursfakta

Utbildningen som kursen ingår i
Dansutbildning modern/nutida

Utbildningsnummer och omgång
KK0025, omg 5

Beslutsdatum för kursplanen
20250217

Kursens omfattning
0,2 veckor

Kursens lärar-eller handledda verksamhet
4 timmar

Undervisningsspråk
Ges delvis på engelska

Dansträning

Detaljerad kursplan. Dokumentet finns under "Alla filer och länkar" i Schoolsoft.

Om kursen

Innehåll

Kursen ger träning med fokus på huvudinriktningen modern och nutida dans men även i balett, jazz samt andra dansformer. Träningen utvecklar styrka, smidighet och teknik. Denna teknikträning förbereder den studerande för fortsatt arbete i kurserna improvisation/komposition, koreografi och pedagogik.

Mål

Efter slutförd kurs ska den studerande kunna/ha

Kunskaper om:

Träningsprocessens delar: förberedelse, uppvärmning, teknikträning, memorering av rörelsesekvenser och hur omsätta konstruktiv feedback.

Den dagliga träningsprocessen.

Metoder för att kunna reflektera inför delvis den egna kunskapsutvecklingen inom dansträning, och även genom att ta del av aktuella konstnärliga forsknings- och utvecklingsresultat.

Teorier bakom de olika dansinriktningarna modern/nutida, balett, och jazz

Färdigheter i att:

Självständigt utforma metoder inom de olika dansteknikerna för egen träning

Identifiera ämnet dansteknik som resurs inför en konstnärlig verksamhet inom dans

Kunna ge uttryck för sin egenart som dansare genom de olika dansinriktningarna modern/nutida, balett och jazz

Kompetenser för att:

Visa förmåga att inom dansområdet göra bedömningar med hänsyn till relevanta konstnärliga, samhälleliga och etiska aspekter.

Självständigt använda och utveckla de kunskaper och färdigheter som erhållits inom ämnet dansträning.

Genom samarbetsformer under ansvar verka för vidare lärande och professionell utveckling.

Sammankoppla koreografiska språk med adekvat träningsform

Utveckla kunskaperna och färdigheterna i sceniska sammanhang som innebär ansvar och samarbete med koreograf och meddansare.

Undervisningsformer

Praktiska övningar

Teoretiska genomgångar

Reflektioner i teori och praktik

Filmklipp

Kursfakta

Utbildningen som kursen ingår i

Dansutbildning modern/nutida

Utbildningsnummer och omgång

KK0025, omg 5

Beslutsdatum för kursplanen

20250217

Kursens omfattning

27 veckor

Kursens lärar-eller handledda

verksamhet

537 timmar

Undervisningsspråk

Ges delvis på engelska

B A L E T T A K A D E M I E N

STOCKHOLM

Kunskapskontroll

Kunskapskontroll görs praktiskt genom löpande individuell handledning samt genomförda övningsuppgifter.

Studieintyg

Intyg utfärdas när den studerande uppnått samtliga mål för kursen, aktivt deltagit i undervisningen samt genomfört och redovisat kursens delmoment/uppgifter. Intyget ingår i utbildningsbeviset som erhålls vid utbildningens avslut.

Fysisk träning

Detaljerad kursplan. Dokumentet finns under "Alla filer och länkar" i Schoolsoft.

Om kursen

Innehåll

Kursen ger en ökad förståelse för kroppens funktioner. Tyngden ligger på teknik för att stärka de studerandes leder och muskler. Temadagar med fysisk avspänning, coaching samtal och personliga råd. Kursen ger kunskap om hur den studerande ska arbeta med den egna kroppen inom dans och i vardagen.

Mål

Efter slutförd kurs ska den studerande kunna/ha:

Kunskaper om:

Att arbeta optimalt med den egna kroppen inom dans och i vardagen
Kroppstyngd och viktförskjutning i förhållande till rörelsen
Kroppskontroll, uthålliga muskler, ökad rörlighet och vila

Färdigheter i att:

Stärka leder och muskler
Fysiskt få kroppen till avspänning

Kompetenser för att:

Självständigt ta ansvar för arbetet med kroppen inom dans och i vardagen

Kunskapskontroll

Kunskapskontroll görs praktiskt genom löpande individuell handledning samt genomförda övningsuppgifter.

Studieintyg

Intyg utfärdas när den studerande uppnått samtliga mål för kursen, aktivt deltagit i undervisningen samt genomfört och redovisat kursens delmoment/uppgifter. Intyget ingår i utbildningsbeviset som erhålls vid utbildningens avslut.

Kursfakta

Utbildningen som kursen ingår i

Dansutbildning modern/nutida

Utbildningsnummer och omgång

KK0025, omg 5

Beslutsdatum för kursplanen

20250217

Kursens omfattning

1,0 veckor

Kursens lärar-eller handledda verksamhet

19 timmar

Undervisningsspråk

Ges delvis på engelska

Improvisation/komposition

Detaljerad kursplan. Dokumentet finns under "Alla filer och länkar" i Schoolsoft.

Om kursen

Innehåll

Kursen är en grundpelare för den studerandes utforskande av ett personligt rörelsespråk och en förutsättning för det efterföljande kompositionsarbetet. Kursen ska ge den studerande nödvändig kunskap om improvisationsmetoder i avsikt att frigöra kreativ kraft och förmåga till skapande. Den studerande ska få redskap inför kompositionsarbetet där stor vikt läggs vid analys av egna och andras verk. Kompositionen avser att öva den studerande att utveckla sin förmåga att skapa rörelsekompositioner som är en förutsättning för det koreografiska arbetet.

Mål

Efter slutförd kurs ska den studerande kunna/ha

Kunskaper om:

Nödvändig kunskap och verktyg i improvisationsmetoder i avsikt att ge förmåga till skapande i dans.

Det kroppsliga lyssnandet, den egna rörelsen i förhållande till rummet och de andra.

Redskap och metoder inom komposition.

Färdigheter i att:

Vara närvarande i ett kroppsligt lyssnande.

Fördjupa det egna fysiska språket och reflektera i ett abstrakt tänkande.

Förstå dansens dramaturgi i relation till tid/rum och energi

Kompetenser för att:

Självständigt ansvara för sin kunskapsutveckling i skapandet av dans

Professionellt använda dansens olika verktyg som grund för rörelsekomposition

Inta ett självständigt, kritiskt och ansvarstagande förhållningssätt i förhållande till det fria skapandet i dans.

Undervisningsformer

Övningar i improvisation och komposition utifrån begreppen tid/rum och kraft enskilt och i grupp

Övningar i det fysiska lyssnandet

Övningar i att föra resonemang runt den egna upplevelsen av impro/komp

Övningar i att föra generella resonemang runt impro/komp i ett historiskt och samhällskulturellt perspektiv

Kunskapskontroll

Kunskapskontroll görs praktiskt genom löpande individuell handledning samt genomförda övningsuppgifter.

Kursfakta

Utbildningen som kursen ingår i
Dansutbildning modern/nutida

Utbildningsnummer och omgång
KK0025, omg 5

Beslutsdatum för kursplanen
20250217

Kursens omfattning
6,3 veckor

Kursens lärar- eller handledda verksamhet
124,5 timmar

Undervisningsspråk
Ges delvis på engelska

B A L E T T A K A D E M I E N

STOCKHOLM

Studieintyg

Intyg utfärdas när den studerande uppnått samtliga mål för kursen, aktivt deltagit i undervisningen samt genomfört och redovisat kursens delmoment/uppgifter. Intyget ingår i utbildningsbeviset som erhålls vid utbildningens avslut.

Koreografi

Detaljerad kursplan. Dokumentet finns under "Alla filer och länkar" i Schoolsoft

Om kursen

Innehåll

Kursen ger de studerande verktyg och hantverk i koreografens arbetsätt, förutsättningar och metoder. Kursen innehåller praktiska verktyg i koreografiövningar men också genomgångar hur repetera med en ensemble och samtidigt vara en skapande konstnär. Frågeställningar som till exempel: Vilka instruktioner ger en koreograf till dansarna i repetitionssituationen? Hur skapa rörelse, hur kommunicera danssekvenser till varandra och hur omvandla dessa sekvenser meningsfull koreografi?

Mål

Efter slutförd kurs ska den studerande kunna/ha:

Kunskaper om:

Koreografiska modeller utifrån musik, bild och berättelse samt utifrån samtida koreografers språk

Koreografens roll som konstnär och arbetsledare, pedagog

Partiturstudier

Koreografins placering i samtiden och i historien

Repetitionsteknik och planering a) skapa rörelse b) kommunicera

danssekvenser till varandra, c) kroppsligt uppfatta dessa sekvenser till meningsfulla fraser

Färdigheter i att:

Beskriva, analysera och tolka form, teknik och innehåll samt kritiskt reflektera över sitt eget och andras konstnärliga förhållningssätt inom området koreografi
Visa förmåga att inom området koreografi självständigt skapa, förverkliga och uttrycka egna idéer, identifiera, formulera och lösa konstnärliga och gestaltningmässiga frågeställningar, samt genomföra konstnärliga uppgifter inom givna tidsramar

Kompetenser för att:

Identifiera och synliggöra sitt behov av ytterligare kunskap och kompetens och därmed ta ansvar för sin kunskapsutveckling.

Arbeta som självständig danskonstnär i olika verksamheter inom scenkonst

Inta ett självständigt, kritiskt och ansvarstagande förhållningssätt i förhållande till den egna konstnärliga verksamheten.

Samarbeta interdisciplinärt med andra konstformer

Undervisningsformer

Praktiska övningar genom olika verktyg i skapandet av koreografi i de olika genrerna

Teoretiska genomgångar samt koreografins historia och samtid

Övningar i partiturläsning

Övningar i de olika faserna i den konstnärliga processen

Kursfakta

Utbildningen som kursen ingår i
Dansutbildning modern/nutida

Utbildningsnummer och omgång
KK0025, omg 5

Beslutsdatum för kursplanen
20250217

Kursens omfattning
1,2 veckor

Kursens lärar-eller handledda verksamhet
22,5 timmar

Undervisningsspråk
Ges delvis på engelska

B A L E T T A K A D E M I E N

STOCKHOLM

Kunskapskontroll

Kunskapskontroll görs praktiskt genom löpande individuell handledning samt genomförda övningsuppgifter.

Studieintyg

Intyg utfärdas när den studerande uppnått samtliga mål för kursen, aktivt deltagit i undervisningen samt genomfört och redovisat kursens delmoment/uppgifter. Intyget ingår i utbildningsbeviset som erhålls vid utbildningens avslut.

Pedagogik

Detaljerad kursplan. Dokumentet finns under "Alla filer och länkar" i Schoolsoft.

Om kursen

Innehåll

De studerande får genom dansdidaktik och danspedagogik en praktisk introduktion till hur man kan arbeta med lärande i och genom dans för barn, unga och vuxna.

Mål

Efter slutförd kurs ska den studerande kunna/ha

Kunskaper om:

Pedagogiska modeller i samarbete med koreografikursen
Den egna didaktiska och pedagogiska identiteten

Färdigheter i att:

Skapa anpassade övningar för respektive ålder och nivå

Kompetenser för att:

Utveckla den egna pedagogiska identiteten
Självständigt ta ansvar för utvecklandet av nya metoder

Undervisningsformer

Tematiska studier
Övningar i grundläggande pedagogiska redskap
Reflektioner och analyser av skillnaden mellan didaktik och pedagogik

Kunskapskontroll

Kunskapskontroll görs praktiskt genom löpande individuell handledning samt genomförda övningsuppgifter.

Studieintyg

Intyg utfärdas när den studerande uppnått samtliga mål för kursen, aktivt deltagit i undervisningen samt genomfört och redovisat kursens delmoment/uppgifter. Intyget ingår i utbildningsbeviset som erhålls vid utbildningens avslut.

Kursfakta

Utbildningen som kursen ingår i

Dansutbildning modern/nutida

Utbildningsnummer och omgång

KK0025, omg 5

Beslutsdatum för kursplanen

20250217

Kursens omfattning

0,1 veckor

Kursens lärar-eller handledda verksamhet

3 timmar

Undervisningsspråk

Ges delvis på engelska

Praktik

Detaljerad kursplan. Dokumentet finns under "Alla filer och länkar" i Schoolsoft.

Om kursen

Innehåll

Praktik inom den egna dansgruppen eller egen vald grupp. Under våren finns möjlighet att göra praktik/auskultation på Skånes Dansteater eller Norrdans. Praktik/auskultation genererar stimulans och motivation till nytänkande inom den egna kunskapsutvecklingen.

Mål

Efter slutförd kurs ska den studerande kunna/ha

Kunskaper om:

De olika inriktningarna inom dansyrket – som dansare och danspedagog.
En lektions praktiska utförande
En studieplans praktiska genomförande

Färdigheter i att:

Att reflektera och analysera det pedagogiska arbetet inför en progression i lärandet

Kompetenser för att:

Självständigt förbereda och praktiskt genomföra en kort danskurs för vald åldersgrupp
Självständigt reflektera och analysera kursen för vidare kunskapsutveckling
Självständigt förbereda koreografikursen utifrån ett pedagogiskt perspektiv som kreativ ledare

Undervisningsformer

Praktik inom den egna dansgruppen
Auskultation hos Skånes Dansteater, Norrdans eller egen vald fri dansgrupp

Kunskapskontroll

Kunskapskontroll görs praktiskt genom löpande individuell handledning samt genomförda övningsuppgifter.

Studieintyg

Intyg utfärdas när den studerande uppnått samtliga mål för kursen, aktivt deltagit i undervisningen samt genomfört och redovisat kursens delmoment/uppgifter. Intyget ingår i utbildningsbeviset som erhålls vid utbildningens avslut.

Kursfakta

Utbildningen som kursen ingår i

Dansutbildning modern/nutida

Utbildningsnummer och omgång

KK0025, omg 5

Beslutsdatum för kursplanen

20250217

Kursens omfattning

0,1 veckor

Kursens lärar-eller handledda verksamhet

3 timmar

Undervisningsspråk

Ges delvis på engelska

Projekt

Detaljerad kursplan. Dokumentet finns under "Alla filer och länkar" i Schoolsoft.

Om kursen

Innehåll

Projektarbetet ger den studerande utrymme och eget ansvar i koreografiska arbeten som löper under fem veckor i slutet av andra terminen.

Projektarbetet ger också den studerande kunskaper om filmarbete och de sceniska uttrycken ljusdesign, scenografi och kostym. Det ska stimulera de studerande till kreativitet och nytänkande.

Mål

Efter slutförd kurs ska den studerande kunna/ha

Kunskaper om:

Grundläggande ljussättning

Kostym, mask inför film och scen

Färdigheter i att:

Planera en koreografi till en offentlig föreställning samt till ett tvådimensionellt medium som film

Kunna planera en konstnärlig process i koreografi för scen

Kunna översätta en vision om plats/rum/koreografi anpassad till film

Kunna instruera dansare koreografiskt till scen och inför filmtagning

Kunna använda de kunskaper om arbetsätt, förutsättningar och metoder som erhållits genom kurserna impro/komp, koreografi samt rytmik/musik

Kompetenser för att:

Självständigt ansvara för skapandet och producerandet av en koreografi för en offentlig scen.

Självständigt ansvara för skapandet och producerandet av en dansfilm

Undervisningsformer

Under de första fyra veckorna ska de studerande arbeta fram en koreografi som resulterar i en offentlig föreställning.

Under den avslutande veckan ska de studerande producera en dansfilm.

Kunskapskontroll

Kunskapskontroll görs praktiskt genom löpande individuell handledning samt genomförda övningsuppgifter.

Studieintyg

Intyg utfärdas när den studerande uppnått samtliga mål för kursen, aktivt deltagit i undervisningen samt genomfört och redovisat kursens delmoment/uppgifter. Intyget ingår i utbildningsbeviset som erhålls vid utbildningens avslut.

Kursfakta

Utbildningen som kursen ingår i

Dansutbildning modern/nutida

Utbildningsnummer och omgång

KK0025, omg 5

Beslutsdatum för kursplanen

20250217

Kursens omfattning

2,1 veckor

Kursens lärar-eller handledda

verksamhet

45 timmar

Undervisningsspråk

Ges delvis på engelska

Rytmik/musik

Detaljerad kursplan. Dokumentet finns under "Alla filer och länkar" i Schoolsoft.

Om kursen

Innehåll

Kursen ger en fördjupad färdighet i att uppfatta, omsätta och uttrycka musikens element i dans. Detta genom att uppöva gestens plastiska och musikaliska värde; att ge en fördjupad musikalisk kroppsteknik och uttrycka detta genom improvisation och i fastlagd koreografisk form. Den studerande skall kunna använda lyssnandet som meningsskapande handling mellan dans och musik, samt att tolka, gestalta och lära ut ett valt instrumentalstycke koreografiskt. Kursen ger de studerande kunskaper om musikens olika element översatt i rörelse.

Mål

Efter slutförd kurs ska den studerande kunna/ha

Kunskaper om:

Musikens roll för dansaren, koreografen och danspedagogen
Musikens olika byggstenar
Skillnader mellan konstmusik, folkmusik, populärmusik och utomeuropeisk musik
Den västerländska musikhistorien

Färdigheter i att:

Uppfatta, omsätta och uttrycka musikens element i dans
Värdera gestens plastiska och musikaliska uttryck
Använda musikalisk kroppsteknik
Komplicera lyssnandet som meningsskapande handling mellan dans och musik
Studera partitur i syfte att skapa en motstämma i ett danspartitur

Kompetenser för att:

Självständigt arbeta konstnärligt med dans utifrån musikens element
Använda de musikaliska termerna i skapandet av dans
Samarbeta med musiker konstnärligt och jämbördigt i dans och musik

Undervisningsformer

Praktisk musikträning i rytm, puls, takt, dynamik, harmonik, melodik, fraseringsteknik - genom rörelse/dans
Teori genom praktik/rörelse
Rörelse- och musikpelsimprovisationer
Partiturstudier

Kursfakta

Utbildningen som kursen ingår i
Dansutbildning modern/nutida

Utbildningsnummer och omgång
KK0025, omg 5

Beslutsdatum för kursplanen
20250217

Kursens omfattning
1,2 veckor

Kursens lärar-eller handledda verksamhet
24 timmar

Undervisningsspråk
Ges delvis på engelska

B A L E T T A K A D E M I E N

STOCKHOLM

Kunskapskontroll

Kunskapskontroll görs praktiskt genom löpande individuell handledning samt genomförda övningsuppgifter.

Studieintyg

Intyg utfärdas när den studerande uppnått samtliga mål för kursen, aktivt deltagit i undervisningen samt genomfört och redovisat kursens delmoment/uppgifter. Intyget ingår i utbildningsbeviset som erhålls vid utbildningens avslut.

Teori

Detaljerad kursplan. Dokumentet finns under "Alla filer och länkar" i Schoolsoft.

Om kursen

Innehåll

Kursen ger studenten kunskap om musik och bildkonst i syfte att se skillnader och likheter med skapandet av dans och musik. Föreläsare är koreografer, tonsättare och bildkonstnärer som kan levandegöra och tydliggöra definitioner som förenar och skiljer konstarterna åt.

Mål

Efter slutförd kurs ska den studerande kunna/ha:

Kunskaper om:

Hur musik och bildkonst påverkar koreografer och pedagoger i deras skapande av dans och undervisning

Dans sedd ur andra konstarters arbetsfält och definitioner

Konstarternas betydelse i och för samhället

Färdigheter i att:

I valfri redovisningsform visa på likheter och olikheter mellan skapande av dans, musik och bildkonst

Utifrån danskonsten kunna belysa hur det omgivande samhället påverkar koreografer och pedagoger

Kunna påvisa hur danskonsten påverkar samhällsutvecklingen

Kompetenser för att:

Självständigt sätta den egna identiteten som danskonstnär i ett historiskt och nutida sammanhang

Undervisningsformer

Temaarbeten med fritt valda redovisningsformer

Uppsökande verksamhet, dansimprovisationer, på museer och gallerier

Konstbesök

Kunskapskontroll

Kunskapskontroll görs praktiskt genom löpande individuell handledning samt genomförda övningsuppgifter.

Studieintyg

Intyg utfärdas när den studerande uppnått samtliga mål för kursen, aktivt deltagit i undervisningen samt genomfört och redovisat kursens delmoment/uppgifter. Intyget ingår i utbildningsbeviset som erhålls vid utbildningens avslut.

Kursfakta

Utbildningen som kursen ingår i

Dansutbildning modern/nutida

Utbildningsnummer och omgång

KK0025, omg 5

Beslutsdatum för kursplanen

20250217

Kursens omfattning

0,1 veckor

Kursens lärar-eller handledda verksamhet

3 timmar

Undervisningsspråk

Ges delvis på engelska

Yoga

Detaljerad kursplan. Dokumentet finns under "Alla filer och länkar" i Schoolsoft.

Om kursen

Innehåll

Kursen är i funktionell yoga. Grundläggande teori inom fysiologi och verkningsmekanismer kopplat till yogaträning, i anatomi och egen kroppskänedom. Kursen ger ökad kroppskontroll, koordination, styrka och flexibilitet. Kursen ger även kunskap inom principer som kan stärka nervsystemet genom andnings- och meditationsövningar.

Mål

Kunskaper om

Fysiologiska och mentala verkningsmekanismer av yogaträningen.

Färdigheter i:

Främja interoception och ge färdigheter i att utveckla kroppskontroll
Rörlighet och teknik. Stärka upp muskler och mjukvävnad runt leder
Skapa förutsättning för avspänning och återhämtning.

Kompetenser för att:

Självständigt ta ansvar för sitt eget utövande

Undervisningsformer

Fysiska yogaklasser med ett starkt fokus på anatomi, biomekanik och interoception.

Kunskapskontroll

Kunskapskontroll görs praktiskt genom löpande individuell handledning samt genomförda övningsuppgifter.

Studieintyg

Intyg utfärdas när den studerande uppnått samtliga mål för kursen, aktivt deltagit i undervisningen samt genomfört och redovisat kursens delmoment/uppgifter. Intyget ingår i utbildningsbeviset som erhålls vid utbildningens avslut.

Kursfakta

Utbildningen som kursen ingår i

Dansutbildning modern/nutida

Utbildningsnummer och omgång

KK0025, omg 5

Beslutsdatum för kursplanen

20250217

Kursens omfattning

0,7 veckor

Kursens lärar-eller handledda

verksamhet

15 timmar

Undervisningsspråk

Ges delvis på engelska