

## **CALENDÁRIO DE ATIVIDADES DA MODALIDADE DE HIP HOP DO ANO DE 2023**

As aulas de hip hop do Clube Atlético de Alvalade procuram ser um espaço de descoberta, um momento em que o atleta pode quebrar a sua rotina e, ao ritmo das músicas e dos estilos que mais gosta, descarregar energias e ganhar motivação para mais um dia.

Num ambiente descontraído, exploram-se algumas variantes do estilo que é o hip hop. Ideias e outros demais contributos são bem-vindos, pelo que a dinâmica acaba sempre por girar em torno das exigências e preferências dos alunos.

### **Atividade de Carnaval: regresso às modas medievais**

A fim de explorar estilos que de dança que possam ser associados e combinados com o hip hop, introduzi-lhes a valsa ao estilo medieval. A iniciativa veio com o objetivo de dar a conhecer às alunas as origens do feriado e das festividades em torno do mesmo e, simultaneamente, de lhes fornecer outras ferramentas e outras perspetivas.

### **As vertentes do hip hop abordadas no ano de 2023**

No ano de 2023, abordei o Newstyle, o Oldstyle, o Popping e o Locking, em coreografias de iniciação. Tive também a oportunidade de incorporar o contemporâneo.

### **Incorporação das ideias e dos gostos musicais das alunas**

As alunas têm um grande impacto no conteúdo e na evolução das aulas e do ano. São muitas vezes as suas recomendações musicais que motivam a introdução de novos estilos.

Com alguma frequência, são também responsáveis pela incorporação de novos passos, de passos que lhes tenham chamado a atenção noutro lugar, bem como pela modificação ou simplificação de passos que não se mostrem apropriados ao seu ritmo ou ao seu estilo.

### **Sarau de final de época**

Numa tentativa de interpretação do tema geral do sarau do ano de 2023, utilizei coreografias que corroborassem uma pequena descrição da influência das redes sociais no futuro dos jovens. As alunas montaram a história condutora da apresentação e participaram ativamente em todo o processo até ao dia da atuação.

### **Atividades de verão**

Durante o verão, dada a menor assiduidade das alunas, causada pelas férias escolares e pelas viagens de família, aproveitei para incluir momentos mais lúdicos, com a integração de jogos e outras atividades mais livres.

As coreografias tornam-se mais simples nesta altura do ano e giram em torno de temas mais engraçados e leves. Este ano usei os filmes propostos pelas alunas, como *Footloose* e a *Barbie*.

### **Supresa de Natal**

Ainda no ano de 2023, apesar de pertencer já à época corrente, a fim de comemorar o Halloween e o Natal, juntei três coreografias e montei um vídeo que não só revela o trabalho das alunas mas também desvenda o decorrer das aulas, os momentos bons e divertidos, de aprendizagem e crescimento. Uma vez finalizado, o vídeo será entregue aos pais. Um pequeno mimo de Natal!