

# Danzatore/trice SSS

## ballare, provare, improvvisare, esercitarsi, fare stretching, provare, esibirsi

La danza scenica è una forma di espressione creativa che affascina il pubblico. Basta vedere con quanta scioltezza si muove il corpo umano per rendersi conto di quanto lavoro e quanto allenamento ci sia dietro.

I danzatori e le danzatrici certificati non solo padroneggiano un ampio repertorio di tecniche e stili di danza, ma conoscono anche le innumerevoli possibilità della coreografia. Da un lato, si esercitano su coreografie date, ma spesso le sviluppano anche autonomamente. Utilizzano stili di danza classici e contemporanei per esprimersi, si allenano da soli, in coppia o in ensemble. Che si tratti di uno spettacolo di danza, di un'opera teatrale, di un musical o di una produzione ci-

nematografica o televisiva, contribuiscono in misura maggiore o minore alla progettazione delle coreografie, all'uso delle luci, della musica, degli oggetti di scena e di altri elementi. Hanno idee proprie, improvvisano, applicano le loro abilità di danza, ma anche le loro competenze pedagogiche, drammaturgiche e di progettazione.

Poiché i danzatori e le danzatrici di teatro svolgono una professione fisicamente e mentalmente impegnativa, conoscono vari metodi di gestione dello stress, come ridurre il rischio di lesioni e tutto ciò che riguarda l'alimentazione sana e le tecniche di riscaldamento.



### Cosa e per cosa?

- ▶ Affinché il corpo di ballo di una produzione televisiva si adatti alla trama della trasmissione, il danzatore sviluppa una coreografia che supporta l'idea e, se necessario, improvvisa e incorpora elementi ludici.
- ▶ Affinché il danzatore sia in grado di valutare e sviluppare ulteriormente le coreografie, è sempre aggiornato sugli eventi culturali, segue le tendenze e, se necessario, le esprime nella danza.
- ▶ Affinché la danzatrice possa guadagnare qualche soldo in più tra i suoi impegni nei teatri o nelle opere, organizza e sviluppa programmi per corsi di danza o si occupa di progetti di danza nelle scuole.
- ▶ Affinché il corpo di ballo sia in piena forma mentale e fisica per l'imminente esibizione, la danzatrice prova nuovamente le sequenze più difficili e applica esercizi di rilassamento.

### Fatti

**Accesso** Ticocino completato come danzatore/trice AFC o titolo equivalente, età minima di 18 anni, certificato medico di assenza di obiezioni e superamento dell'esame di ammissione. In caso di talento eccezionale, è possibile anche l'ammissione "sur dossier".

**Formazione** 2-3 anni di formazione a tempo pieno presso una scuola specializzata superiore (Zurigo).

**Gli aspetti positivi** La sensazione che si prova quando uno spettacolo di danza si conclude con successo e il pubblico applaude è indescrivibile. Anche guardare la propria coreografia è un'esperienza impagabile ogni volta, dopo tutti gli sforzi fatti.

**Gli aspetti negativi** Il carico di lavoro per i danzatori e le danzatrici è enorme, sia fisicamente che mentalmente. A ciò si aggiungono i continui cambi di location, le candidature e la coltivazione di contatti per nuovi impieghi.

**Buono a sapersi** I danzatori e le danzatrici utilizzano varie strategie per far fronte allo stress o alla tensione permanente, oltre che per rigenerarsi. Tuttavia, in questa professione non è possibile riposarsi. Le prove, l'allenamento e l'agilità sono fondamentali per rimanere competitivi. Anche se si riesce a fare una serie di spettacoli di danza o una produzione più lunga, si deve già cercare il prossimo impiego.

### Profilo dei requisiti

	favorevole	importante	molto importante
agilità			██████████
attitudine musicale e senso del ritmo		██████████	
capacità di lavorare in gruppo	██████████		
comprensione rapida	██████████		
costituzione robusta, buona salute		██████████	
creatività		██████████	
disciplina		██████████	
espressività		██████████	
perseveranza		██████████	
resilienza		██████████	

### Percorsi di carriera

MAS in Dance Science o MAS in Dance Performing Arts
CAS in Dance Science o CAS in Dance Performing Arts
Bachelor of Arts (SUP) in Contemporary Dance
<b>Danzatore/trice SSS</b>
Danzatore/trice AFC o titolo equivalente (vedi ammissione)