

Psicología de la danza

Técnicas y ejercicios para superar obstáculos mentales y alcanzar la plenitud del potencial artístico

Taylor, Ceci ; Taylor, Jim

Editorial: Gaia Ediciones

ISBN: 9788484452232

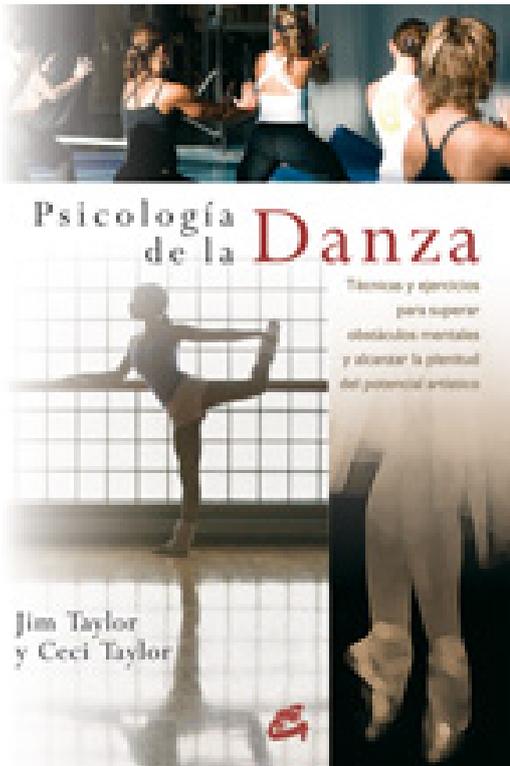
Páginas: 222

Dimensiones: 14,5 x 21 cm

Encuadernación: Rústica

PVP.: 15,00 €

Colección: Salud Natural - Psicoemoción



SINOPSIS

Mantener la concentración precisa y lograr la superación de los obstáculos mentales son barreras que en el arte escénico suponen una enorme dificultad para los artistas, de modo que muy frecuentemente ello les impide alcanzar la plenitud de su potencial y la expresión plena de su talento. Esto sucede particularmente en la danza, en cualquiera de sus especialidades.

Con el fin de ayudar a superar estas barreras, en Psicología de la danza, Jim Taylor y CECI Taylor, combinan su dilatada experiencia en la psicología del deporte y en la danza para analizar los importantes aspectos psicológicos que influyen en la interpretación de la danza. Además de la información teórica, este libro ofrece técnicas y ejercicios prácticos que, como instructor, podrás incorporar a tu estilo de enseñanza para que los bailarines optimicen su rendimiento. Es, en cualquier caso, un libro dirigido tanto a los profesores como a los bailarines de cualquier edad.

Por medio del Programa Psicológico para Mejorar el Rendimiento (PPMR) que se recoge en estas páginas se consigue:

- Fomentar la motivación de los bailarines y aumentar la confianza en sí mismos.
- Mostrar técnicas para mantener una óptima intensidad de rendimiento.
- Enseñar el modo de mejorar la ...