

Die elemente van dans

Alle kunsvorme is soos 'n soort taal. Die komponis en die kunstenaar gebruik musiekelemente en kuns op dieselfde wyse as wat die digter woorde gebruik. Die danser gebruik elemente van dans en sy of haar liggaam om 'n verhaal te vertel.

Die elemente van dans is die volgende:

- **Beweging:** Dit verwys na die aksies wat die danser maak.
- **Energie of krag:** Dit is die krag wat die danser gebruik om bewegings in ruimte uit te voer.
- **Beheer:** Die danser moet die bewegings beheer sodat hulle gebalanseerd en georganiseerd is.
- **Koördinasie:** Die dele van die liggaam moet op 'n georganiseerde wyse beweeg.
- **Spanning:** Wanneer daar baie spanning in die liggaam is, is die bewegings sterk. Wanneer die liggaam ontspanne is, is die bewegings egalig en vloeiend.
- **Ritme:** Dit is die tyd of polsslag van die musiek waarom die bewegings georganiseer word.
- **Tempo of tyd:** Die spoed waarteen die dans plaasvind. Dit kan winnig of stadig wees.
- **Ruimte:** Dit is die ruimte rondom die danser se liggaam. Die danser beweeg in die ruimte rondom hom of haar.
- **Ontwerp of patrone:** Die danser skep met sy of haar liggaam patrone in die ruimte.



Jazz-dans



Klopdans



Ballet



Tradisionele dans