



FACULTAD DE DERECHO
UNIVERSIDAD DE CHILE
COORDINACIÓN DE DEPORTES

CURSO SALSA CUBANA
PROGRAMA DE
CURSO DE SALSA CUBANA
FACULTAD DE DERECHO
UNIVERSIDAD DE CHILE

Introducción

Alrededor de los años 70, en los círculos sociales tales como el Ferretero, Casino Español y Náutico, entre otros, situados en las playas de Marianao (Cuba), se reunía la juventud habanera los sábados y domingos en horas de la noche, para conversar y disfrutar de la música de diferentes agrupaciones y orquestas populares. El acceso a estos recintos era por parejas y ellos se ofertaban refrescos y tragos, permaneciendo abiertos hasta el amanecer.

A través de los ritmos del Cha Cha Cha, Son y Guaracha, las parejas se desplazaban bailando de un lado a otro. Algunas de ellas empleaban pasos o movimientos de notoria complejidad, similares a los del son, pero con una cadencia diferente, y otros de difícil ejecución, que ya a altas horas de la noche, eran del dominio de todos los bailadores. Y así, cada fin de semana, las parejas llegaban con nuevos aportes e innovaciones, incrementándose este estilo de baile sin que a alguien en particular se le pudiera adjudicar su creación.

Este fenómeno danzario cubano, fue móvil de uno de los programas televisivos de competencias y participación de mayor rating de la isla: "Para Bailar", dirigido por Eduardo Cásares Manso (Cachito), que permaneció en pantalla por espacio de mas cinco años consecutivos. Luego producto del éxodo o de las emigraciones constantes, la Salsa se fue expandiendo por el mundo, alcanzando su clímax y popularidad fuera de la isla.

Al Casino, como le llamaban en sus inicios, con el paso del tiempo se le han insertado o incorporado infinidad de evoluciones coreográficas, creando con esto las famosas "ruedas de casino" ejecutadas o realizadas por numerosas parejas y utilizadas tanto en grandes eventos como en pequeñas fiestas privadas de corte social.

Hoy la Salsa se baila al compás del Son tradicional cubano o de la Salsa contemporánea, de la que tomo su nombre.



DESCRIPCIÓN:

La Salsa es una forma de danza con una estructura básica bailado actualmente por las generaciones modernas de Latinoamérica y España.

Por su fácil captación y aprendizaje, las clases de Salsa estimulan al alumno, elevando progresivamente el estado anímico, pues los positivos resultados son evidentes desde la primera clase.

OBJETIVOS:

1. Fomentar la sociabilidad de los participantes practicando una actividad sana que, además, sirva de punto de encuentro.
2. Incrementar el conocimiento, apreciación y práctica de la Salsa en los participantes.

CONTENIDOS:

Este curso contempla la enseñanza práctica de la Salsa en tres niveles:

BÁSICO:

Este nivel consta de movimientos básicos o elementales que serán más complejos o elaborados en la medida de su asimilación.

Objetivos:

1. Ejercitar una rápida reproducción de las secuencias
2. Aprender a distinguir los instrumentos que marcan el ritmo de la Salsa.
3. Poder comunicarse con la pareja de baile: conducirla y que ésta a su vez se deje llevar, para efectuar el paso que se pretende desarrollar.
4. Aprender a girar y a desplazarse con facilidad.

MEDIO:

Este nivel consta de movimientos pasillos y secuencias donde intervienen varios elementos a la vez.



Objetivos:

1. Obtener facilidad y destreza en la realización de dos o más movimientos simultáneos.
2. Poder coordinar los movimientos aprendidos en el primer nivel, incluyendo pasos de mayor coordinación.
3. Saber improvisar una Salsa con total espontaneidad, utilizando las variaciones de mayor complejidad técnica.

AVANZADO:

En este nivel se ejecuta principalmente la enseñanza tanto de las "Ruedas de Casino" que es una variación de la Salsa basada en un baile coreográfico de complejidad técnica avanzada, exclusivamente bailada en parejas. Además, también se incluyen en este nivel la enseñanza de actualizaciones de la Salsa, en cuanto a los nuevos pasos que aparecen en competencias de baile, películas, etc.

Independientemente del trabajo en equipos de parejas, también se sigue realizando adiestramiento en el trabajo individual y colectivo, entre otros.

Objetivos:

1. Conjugación de pasos y secuencias.
2. Lograr una limpieza de movimientos.
3. Realizar variaciones coreográficas complejas de diseño de tiempo y espacio.
4. Aprender a girar y a desplazarse con facilidad.
5. Revisar, corregir y ordenar todos los detalles que intervienen en el proceso para una buena realización

Independientemente del nivel, cada sesión se inicia con ejercicios de calentamiento o acondicionamiento muscular donde intervienen la incorporación del estilo y la apreciación musical (10 minutos), seguidos de un repaso de las clases anteriores (15 minutos).

Manuel Bernardo Olano Pérez
Coreógrafo, Profesor