



## PLA DOCENT

<b>Curs:</b> 4t
<b>Especialitat:</b> Coreografia i interpretació / Pedagogia de la dansa
<b>Matèria:</b> Tècniques de dansa i moviment
<b>Codi de l'assignatura:</b> 440002
<b>Títol de l'assignatura:</b> Tècniques de dansa IV
<b>Subtítol:</b> Tècniques de dansa contemporània IV
<b>Tipus d'assignatura:</b> Formació bàsica
<b>Adscripció de l'assignatura:</b> Departament de Moviment
<b>Crèdits ECTS de l'assignatura:</b> 6 ECTS
<b>Hores totals de l'assignatura:</b> 150h 120 hores lectivitat presencial (80%) - 30 hores treball autònom de l'alumne (20%)
<b>Impartició:</b> A determinar segons horaris
<b>Professors/es:</b> A determinar segons POA
<b>Descriptor:</b> Classe pràctica de tècnica de dansa contemporània per a l'aprofundiment tècnic i interpretatiu de les especialitats d'Interpretació/Coreografia i Pedagogia indistintament per tal de donar instruments (a l'alumne) per desenvolupar qualitats, a partir d'un treball conscient, i adquirir nous recursos tot i consolidant els existents.
<b>Requisits:</b> Tècniques de dansa III
<b>Observacions:</b> Atesa la diferència de nivell de tècnica de dansa dels alumnes detectada en les proves d'accés, d'acord amb l'article 1 apartat 3, del Reial Decret 632/2010 de 14 de maig del Ministerio de Educación Cultura y Deporte, on s'afavoreix l'autonomia pedagògica, d'organització i gestió dels centres, el CSD a fi d'optimitzar les estratègies d'ensenyament i aprenentatge, decideix agrupar els alumnes matriculats en la matèria de Tècniques de dansa i moviment per nivells enlloc de per cursos.  Els paràmetres bàsics que es tindran en compte per aquesta agrupació seran: col·locació, coordinació, control del ritme, flexibilitat, potència física, i domini espacial en funció del grau de velocitat, complexitat i virtuosisme de què sigui capaç l'alumne en l'execució de qualsevol dels estils de dansa que practiqui. Els 9 crèdits de l'assignatura pertanyen a la suma dels crèdits de dues Tècniques de les tres especialitats: Dansa Contemporània, Dansa Clàssica, Dansa Espanyola.  A fi donar el màxim rendiment físic en les assignatures de repertori de final de curs, és imprescindible continuar practicant la tècnica de dansa al llarg de tot el curs. Per aquest motiu aquells alumnes que acabin les assignatures de Tècnica de Dansa el mes de març, és absolutament imprescindible matricular-se a les assignatures de Tècnica de Dansa optativa A o Tècnica de Dansa optativa B. En cas contrari els professors de les assignatures de repertori no podran fer-se responsables de les lesions que pugui patir l'alumne per falta d'entrenament físic, com tampoc la conseqüent pèrdua del curs.
<b>Procediment:</b> Es contemplen dins de l'assignatura fins a quatre nivells. Al començament de curs es derivaran els alumnes al nivell competencial que els correspongui. De manera que cada un dels alumnes segons la seva habilitat, serà agrupat pels caps d'especialitat i professors de la matèria al nivell que s'estimi adequat pel seu desenvolupament, en cada un dels estils. La qualificació obtinguda per l'alumne en el nivell assignat, serà la qualificació que aquest haurà obtingut a l'assignatura i curs en què s'hagi matriculat. La superació de l'assignatura estarà subjecte al progrés personal de l'estudiant dins del nivell.

### COMPETÈNCIES QUE S'ADQUIRIRAN EN CURSAR L' ASSIGNATURA:

#### Competències transversals:

- CT1 Organitzar i planificar el treball de forma eficient i motivadora.
- CT2 Recollir informació significativa, analitzar-la, sintetitzar-la i gestionar-la adequadament.
- CT5 Comprendre i utilitzar com a mínim, una llengua estrangera en l'àmbit del seu desenvolupament professional.
- CT6 Realitzar autocrítica cap al propi acompliment de les tasques professionals i interpersonals.
- CT9 Integrar-se adequadament en equips multidisciplinaris i en contextos culturals diversos.
- CT12 Adaptar-se, en condicions de competitivitat als canvis culturals, socials i artístics i als avenços que es produeixen en l'àmbit professional i seleccionar els camins adequats de formació continuada.



- CT13 Buscar l'excel·lència i la qualitat en la seva activitat professional.  
CT15 Treballar de forma autònoma i valorar la importància de la iniciativa i l'esperit emprenedor en l'exercici professional.

#### Competències Generals:

- CG1 Estar capacitats per a comprendre, crear, interpretar, i ensenyar la dansa amb el nivell tècnic, estilístic i interpretatiu requerit.  
CG2 Tenir un coneixement ampli de les tècniques i els llenguatges de la dansa, del moviment i de les disciplines corporals, així com el repertori des del punt de vista tècnic, estilístic i interpretatiu.  
CG3 Conèixer els principis bàsics, tant teòrics com pràctics del funcionament del cos humà, amb l'objecte de proporcionar una visió global i integradora del mateix.  
CG4 Desenvolupar la capacitat per a analitzar, avaluar i entendre les característiques específiques de cada individu, aplicant tot allò en el desenvolupament i acompliment professional.  
CG5 Tenir capacitat per a conduir a persones, en el seu procés creatiu, formatiu i/o interpretatiu disposant dels coneixements, recursos i experiències necessàries.  
CG6 Adquirir capacitat per assumir riscos i tolerància per a les decepcions.  
CG8 Conèixer i integrar competentment, llenguatges, disciplines i eines artístiques, tecnològiques, escèniques, musicals, visuals, entre d'altres..., amb l'objecte de desenvolupar les capacitats i destreses.  
CG12 Desenvolupar habilitats que li permetin participar en les pràctiques escèniques assumint funcions grupals o solista

#### Competències específiques:

- CEC13 Conèixer en profunditat diferents tècniques de dansa, de moviment i corporals i tenir coneixements d'altres llenguatges o disciplines corporals.  
CEC13 Conèixer l'anatomia, fisiologia i biomecànica del cos humà, les seves capacitats i limitacions com a vehicle d'expressió artística, així com les patologies més freqüents i la seva prevenció per a poder orientar a l'alumnat en el seu procés formatiu.  
CEC14 Desenvolupar capacitat per a entendre les característiques específiques de cada individu per a optimitzar la seva interpretació i la seva labor creativa.  
CEC18 Tenir coneixements de llenguatges i disciplines escèniques, artístiques, musicals i visuals i desenvolupar capacitat per a interrelacionar.  
CEP2 Conèixer en profunditat diferents tècniques de dansa, de moviment i corporals i tenir coneixements d'altres llenguatges o disciplines corporals.  
CEP3 Conèixer l'anatomia, fisiologia i biomecànica del cos humà, les seves capacitats i limitacions com a vehicle d'expressió artística, així com les patologies més freqüents i la seva prevenció per a poder orientar a l'alumnat en el seu procés formatiu.  
CEP4 Desenvolupar capacitat per a entendre les característiques específiques de cada individu, en consonància amb això, orientar l'alumnat en el seu procés formatiu.  
CEP18 Saber reflexionar sobre la pròpia praxis per a innovar i millorar la labor docent i educadora, integrant els conceptes teòrics i la repercussió d'aquests sobre la pràctica professional. Adquirir hàbits i destreses per a l'aprenentatge autònom i cooperatiu.

#### Altres competències de l'assignatura:

- Utilitzar la pràctica corporal pròpia com a font de recursos indispensable per a la transmissió i ensenyament de la dansa.
- Saber incorporar la musicalitat en el moviment per millorar la qualitat artística tant en el camp de la creació/interpretació com de l'ensenyament.
- Explicar i mostrar corporalment els mecanismes teòricament apresos.
- Dominar en profunditat el llenguatge corporal i la nomenclatura de la tècnica de dansa de l'estil escollit.
- Ampliar habilitats i destreses per afavorir el desenvolupament tècnic amb garantia de qualitat.
- Saber mostrar el moviment amb tot el rigor tècnic i artístic com a referència i exemple visual en diferents contextos.
- Saber treballar de forma autònoma i valorar la importància de la iniciativa i l'esperit emprenedor en el desenvolupament artístic.
- Adquirir la capacitat d'auto avaluar-se, per saber si el propi nivell i característiques s'ajusten a un lloc de treball concret.



## RESULTATS DE L'APRENTATGE:

---

### Coneixements:

- C1 Coneixement dels beneficis d'escalfar el cos globalment abans de qualsevol activitat pràctica de dansa.
- C2 Coneixement dels fonaments de tècnica de dansa contemporània proposades en el Pla d'estudis.
- C3 Coneixement de la nomenclatura de la tècnica de dansa escollida, la utilització verbal i la seva escriptura.
- C4 Coneixement de les estructures i mecanismes de moviment corporal, la distribució de l'espai, els recolzaments, la projecció i la importància de la mirada, del ritme i del fraseig musical en relació al moviment.
- C5 Coneixement del ventall tècnic, conceptual i estilístic del vocabulari dansístic, amb aportacions actualitzades sobre conceptes de mobilitat, respiració, propiocepció, emotivitat, us del terra, repartiment del pes etc. vigents en les noves tendències segons la demanda actual de la professió.
- C6 Coneixement de les pròpies capacitats i de les eines tècniques per poder desenvolupar-les: consciència corporal, propiocepció, entrenament etc..
- C7 Conscienciació de la pràctica i execució de la classe de dansa com a eina indispensable per ampliar les habilitats dansístiques en general, tant tècnicament com artística, així com per la reflexió i l'anàlisi.

### Habilitats, procediments o destresses:

- H1 Treball d'escalfament del cos per afavorir el rendiment de qualsevol tipus de classe de dansa pràctica que tingui lloc a continuació.
- H2 Pràctica de les diferents tècniques proposades en el Pla d'estudis.
- H3 Utilització adequada de la nomenclatura pròpia de les diferents tècniques de dansa proposades en el Pla d'estudis.
- H4 Treball precís de les estructures i mecanismes de moviment corporal, la distribució de l'espai, els recolzaments, la projecció i la importància de la mirada, del ritme i del fraseig musical en relació al moviment.
- H5 Treball del ventall tècnic, conceptual i estilístic del vocabulari dansístic, amb aportacions actualitzades sobre conceptes de mobilitat, respiració, propiocepció, emotivitat, us del terra, repartiment del pes etc. vigents en les noves tendències segons la demanda actual de la professió.
- H6 Augment de la consciència de les pròpies capacitats i de les eines tècniques per poder desenvolupar-les.
- H7 Treball de reflexió i anàlisi de la praxis.

### Actituds:

- A1 Actitud de respecte vers els companys, el professor i professor instrumentista.
- A2 Actitud d'iniciativa i de disponibilitat corporal adients per a la pràctica de la dansa.
- A3 Esforç en la superació de dificultats.
- A4 Acceptació i respecte vers la diversitat de propostes i d'opinions.
- A5 Participació activa a les sessions de classe.
- A6 Predisposició per entendre la classe de tècnica pràctica com a eina imprescindible en l'increment de les destresses, la resistència, la propioceptivitat i la transmissió tant en l'especialitat de Coreografia/ Interpretació com en Pedagogia.
- A7 Demostració d'interès i curiositat pel coneixement de la matèria.
- A8 Interès en la recerca de material de les diferents propostes plantejades.
- A9 Actitud crítica en el treball propi i dels altres com a eina de desenvolupament personal.
- A10 Actitud de respecte de l'entorn de treball, instal·lacions, material, equipaments.
- A11 Acceptació d'aquestes actituds com a base per a la transmissió i l'ensenyament de la dansa.
- A12 Participació activa en les tasques encomanades en les TIC, si s'escau.

## CONTINGUTS FORMATIUS (TEMARI):

---

Tots els continguts es treballaran augmentant el grau de dificultat i complexitat tècnica i artística corresponents al nivell del 4t curs.

Elements constitutius de la classe de dansa de tècniques modernes i contemporànies (Limon, Release etc.)

- La consciència corporal. Connexions, alineació.
- El centre, l'eix.



- El to muscular i l'elasticitat.
- Motors d'inici del moviment.
- Moviment orgànic.
- El cos articulat. L'ús de la columna.
- El terra: recolzaments, rotacions, inversions, rebots, inèrcies, balancejos, segons el nivell.
- Transferències de pes, equilibri- desequilibri, el pes, suspensió, caiguda- recuperació, segons el nivell.
- L'espiral. L'oposició.
- Els impulsos, la inèrcia.
- L'organització espacial. Direccions, desplaçaments.
- Control de l'energia amb les diferents qualitats, segons el nivell.
- Les dinàmiques, la pausa. La respiració.
- El moviment en el diferents plànols, nivells i ús de tot l'espai, segons el nivell.
- Projectió de l'energia i els impulsos, pes, gravetat, lliscades, rodaments, salts, recepcions, rebots, segons el nivell.
- Nivells de complexitat tècnica: fraseig, dinàmiques, qualitats, canvis de ritme, etc..
- L'espai individual i de grup.
- Treball a dos.

Reflexió i anàlisi:

- Dels mecanismes i combinacions dels exercicis i la seva repercussió en el modelatge del cos i l'expressivitat, d'acord al nivell de 3r curs.
- De les dinàmiques: els canvis rítmics, d'accentuació, de velocitat i de densitat. De la seva repercussió en l'entrenament corporal, el modelatge del cos i en l'expressivitat, d'acord al nivell de 3r curs.

La nomenclatura:

- Utilització verbal i per escrit.

Els continguts van augmentant en dificultat, velocitat i complexitat amb la lògica progressió dels cursos i de la condició física.

#### **METODOLOGIA I ORGANITZACIÓ GENERAL DE L'ASSIGNATURA:**

---

Es realitzaran classes amb estructures, combinacions i exercicis determinats segons les diferents tècniques de dansa, amb acompanyament d'un mestre instrumentista, generalment pianista.

- Introducció de petits espais de temps lliure durant la classe per afavorir l'experimentació a nivell individual, per la interrogació, la reflexió i l'anàlisi del moviment.
- Tot el treball està dirigit a l'augment de destreses i habilitats tot i potenciant la condició física i la propioceptivitat.
- A nivell artístic, es tendirà a crear imatges internes que puguin ser expressades amb moviment, és a dir, que es prioritzarà el treball de dins cap en fora, partint de la sensació interna cap a la forma externa.

Es fomentarà:

1. L'observació amb el treball en grups.
2. La interrelació a l'hora de compartir l'espai de l'aula i les diferents visions i criteris sobre els fonaments teòrics (com els mecanismes tècnics, funcions anatòmiques dins del mecanisme dels moviments, precisions rítmiques etc..).
3. La comunicació mitjançant exercicis on intervé la complicitat, l'escolta i la mirada.

Es podran dur a terme activitats vinculades a un projecte pràctic

#### **AVALUACIÓ (CRITERIS, ESTRATÈGIES O ACTIVITATS I PONDERACIÓ):**

---

S'avaluarà:

- L'assistència i puntualitat.
-

- L'augment de la condició física, de les destreses tècniques i la propioceptivitat.
- L'augment de la mobilitat i de la respiració del moviment dins els paràmetres de la dansa clàssica.
- La musicalitat i el fraseig en el moviment.
- El coneixement, la identificació i la utilització la nomenclatura de les diferents tècniques de dansa proposades.
- L'expressió, la comunicació i el gaudi emprant els llenguatges de la dansa.

#### **Ponderacions:**

Només es permetran 3 faltes no justificades per professor/semestre. Amb 4 faltes no justificades l'equip docent pot decidir la no promoció de l'alumne.

Assistència i puntualitat: 20%

Treball i progrés global: 60%

Capacitat d'anàlisi i reflexió: 10%

Presentació (exercici, oral, escrit): 10%

#### **Avaluació única:**

Segons criteri del/la docent, en casos excepcionals i per aquells estudiants que demostrin un llarg recorregut en l'exercici de la tasca docent es podrà establir una avaluació única a final de curs. L'avaluació única s'haurà de pactar prèviament a l'inici de curs amb el professor establint un calendari concret d'hores de tutoria i entrega de tasques encomanades. En aquest cas, s'aplicaran les mateixes ponderacions exposades abans. S'entén que pel que fa a l'assistència, aquesta s'avaluarà segons el nivell d'acompliment del calendari de tutories prèviament pactat.

L'alumne haurà de sol·licitar-ho directament al professor abans de l'inici de l'assignatura que, juntament amb l'escola en faran una valoració tenint en compte les característiques de cada cas particular.

#### **BIBLIOGRAFIA, FONTS I RECURSOS DE DOCUMENTACIÓ:**

---

BOURCIER, Paul: *Historia de la danza en Occidente*. Barcelona: Blume, 1992.

CALAIS-GERMAIN, Blandine: *Anatomia para el movimiento, tomo I i II*. Editorial La Liebre de Marzo Bcelona, 1994.

COOPER ALBRIGHT, Ann & GERE, David: *Taken by Surprise*. Connecticut: Wesleyan University Press, 2003.

DUNCAN, Isadora: *Mi vida*. Barcelona: Debate, 1983.

FONTAINE, Geisha: *Les danses du temps*. Centre National de la danse, 2004.

FONTAINE, Geisha: *Les danses du temps*. Centre National de la danse, 2004.

FRANKLIN, Eric: *Dance imagery for technique and performance*. Champaign, USA: Ed. Human Kinetics, 1996.

GRAHAM, Marta: *Martha Graham*. Barcelona: Circe, 1982.

GREENE HAAS, Jacqui: *Dance anatomy*. USA: Human Kinetics, 2010.

HODGSON, John: *Mastering Movement. The life and work of Rudolf Laban*. Methuen Publishing, 2001.

LABAN, Rudolf: *El Dominio del movimiento*. Editorial Fundamentos, 1987.

LECOQ, Jacques: *Le Corps Poétique*. Actes Sud- Papiers, 1997.

LYNNE, Anne Blom & CHAPLIN, L. Tarin: *The Moment of Movement. Dance improvisation*. London: Dance Books, 2000.

MUNSÓ, Marta: *Aportacions a una metodologia de la Dansa*. (Col·lecció Materials pedagògics). Edicions de la Diputació de Barcelona, 2010.

PERCES, B., MARJORIE [et al.]: *The Dance Technique of Lester Horton*. Princeton: Dance Horizons Book.

SCHLICHER, Susanne. *Teatre-dansa*. (escrits teòrics, 3). Barcelona: Institut del Teatre, 1993.

SHNEER, Georgette: *Movement Impovisation, In the Words of a Teacher and Her Students*, Human Kinetics.

SHNEER, Georgette: *Movement Impovisation*. Human Kinetics, 1994.

---



TUFNELL, Miranda & CRICKMAY, Chris: *Body Space Image. Notes towards improvisation and performance*. Hampshire: Dance Books, 2006.