



## PLA DOCENT

<b>Curs:</b> 3r
<b>Especialitat:</b> Pedagogia de la dansa
<b>Matèria:</b>
<b>Codi de l'assignatura:</b> 452003
<b>Assignatura:</b> Treball de puntes i tècnica per a nois II
<b>Tipus d'assignatura:</b> Optativa
<b>Adscripció de l'assignatura:</b> Departament de Pedagogia de les Arts de l'espectacle
<b>Crèdits ECTS de l'assignatura:</b> 3 ECTS
<b>Hores totals de l'assignatura:</b> 75 h 45 h lectivitat presencial (60%) - 30 h de treball autònom de l'alumnat (40%)
<b>Impartició:</b> A determinar Segons horaris
<b>Professors/es:</b> A determinar segons POA
<b>Descriptor:</b> Desenvolupament de la condició física i tècnica necessàries per a l'ensenyament del treball de les puntes i de la tècnica per a nois. Desenvolupament dels principis tècnics/estilístics i del treball i el to muscular adient des de la correcta col·locació i alineació corporal, definits i estipulats des de l'ensenyament genèric de la tècnica de la dansa clàssica, tenint en compte les aptituds físiques naturals així com de les franges d'edat a qui va dirigit. Nomenclatura per als nivells intermedi i avançat.
<b>Requisits:</b> Treball de puntes i Tècnica per a nois I
<b>Observacions:</b> Aquesta assignatura és una optativa obligatoria d'itinerari de docència en la menció d'estil de dansa clàssica. L'assignatura s'impartirà amb el suport d'instrumentista.

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

#### Competències Transversals:

- CT2 Recollir informació significativa, analitzar-la, sintetitzar-la i gestionar-la adequadament.
- CT3 Solucionar problemes i prendre decisions que responguin als objectius del treball que es realitza.
- CT13 Buscar l'excel·lència i la qualitat en la seva activitat professional.

#### Competències Genèriques:

- 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.

#### Competències Específiques:

- 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 la capacitat per a entendre les característiques específiques de cada individu i, en consonància amb això, orientar a l'alumnat en el seu procés formatiu.
- CEP5 Conèixer, comprendre i aplicar els principis psicopedagògics generals, aprofundint en metodologies i didàctiques específiques de la dansa, considerant els diferents contextos en els que es pugui ocupar la funció docent.
- 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.
- CEP19 Assumir que l'exercici de la funció educadora, docent i dinamitzadora ha d'anar perfeccionant-se permanentment i adaptant-se als canvis culturals, socials, humanístics i pedagògics al llarg de la vida.

### Competències Específiques de l'assignatura:

Saber comunicar i transmetre coneixements, vinculats a la dansa i a les especificitats de les sabatilles de puntes i el treball específic de nois als alumnes i participants en les activitats o projectes formatius, conduint, orientant i promovent l'aprenentatge autònom.

### RESULTATS DE L'APRENTATGE:

---

#### Coneixements del treball de puntes:

- C1 Coneixement de l'evolució de la tècnica clàssica en el treball específic de puntes i del treball específic masculí..
- C2 Coneixement de la col·locació necessària per al desenvolupament de la tècnica de puntes: l'eix i la distribució del pes en evolucions de passos. Veure i corregir les diferències segons morfologia.
- C3 Coneixement dels principis anatòmics i biomecànics pel desenvolupament del treball d'enfortiment del peu per a la tècnica de puntes.
- C4 Coneixement de la utilització de les sabatilles de punta en la interpretació de la tècnica.
- C5 Coneixement de la progressió i el desenvolupament de la tècnica de les puntes i del treball de nois per als nivells intermedi i avançat.
- C6 Coneixement de la musicalitat adient a les qualitats de moviment i accents propis de la tècnica de puntes i del treball de nois.
- C7 Coneixement del desenvolupament dels trets diferencials del treball físic i estilístic masculí en la tècnica clàssica. Veure i corregir les diferències segons morfologia.
- C8 Coneixement del desenvolupament del treball d'enfortiment del tors, braços, cames i peus per al treball específic de nois.

#### Habilitats, procediments o destreses del treball de puntes:

- H1 Treballar la col·locació sobre les puntes i analitzar els canvis d'eix i de repartiment del pes corporal.
- H2 Treballar i crear exercicis bàsics d'articulació i enfortiment del peu per a la tècnica de puntes.
- H3 Adaptar exercicis bàsics del treball de puntes a diferents morfologies, edats i nivells.
- H4 Utilitzar la sabatilla de punta com a eina didàctica: per millorar la flexibilitat, per l'augment de la força del turmell, del peu i dels dits del peu, així com pel domini de l'equilibri i/o altres objectius tècnics.
- H5 Crear exercicis amb objectius de lògica progressió i desenvolupament de la tècnica paral·lelament a l'enfortiment de turmells i peus.
- H6 Organitzar i crear exercicis tenint compte la musicalitat adient a les qualitats de moviment i accents propis de la tècnica de puntes.
- H7 Treballar i crear exercicis bàsics per l'enfortiment físic i tècnic específic dels nois.
- H8 Adaptar exercicis bàsics del treball per a nois a diferents morfologies, edats i nivells.
- H9 Crear exercicis per a nois, amb objectius de lògica progressió i desenvolupament de la tècnica.
- H10 Crear exercicis per a nois tenint compte de l'estil específic requerit en la dansa clàssica.
- H11 Organitzar i crear exercicis tenint en compte la musicalitat adient a les qualitats de moviment i accents propis del treball específic per a nois

#### 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 destreses, 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):**

---

#### Continguts específics de treball de puntes:

- Desenvolupament del treball d'articulació i enfortiment del peu per a la tècnica de puntes.
- La col·locació sobre les puntes: l'eix i la distribució del pes.
- El treball de les puntes: girs, salts en puntes i combinacions.
- La musicalitat específica pel treball de puntes.
- La progressió i el desenvolupament de la tècnica en els nivells intermedi i avançat.

#### Continguts específics de la tècnica de nois:

- El desenvolupament del treball físic de la tècnica de nois:

#### Treball físic específic per a nois:

- Desenvolupament del to muscular de les cames: quàdriceps, bessons, vast intern etc.
- Desenvolupament del to muscular general del tors i braços: abdominals, pectorals, quadrats lumbar, serrats, bíceps, tríceps etc.

#### El treball progressiu de la tècnica per a nois:

- Desenvolupament del treball específic al centre i dels girs (pirouettes finalitzades a grans posicions, enllaçaments de pirouettes, grans tours dobles i enllaçaments de pirouettes i grans tours)
- Tractament específic per salts i batterie (treball de resistència física, alçada dels salts i precisió i velocitat de la batterie, tours en l'air, etc.).
- Tractament específic des exercicis que conformen la nomenclatura dels nivells intermedi i avançat.

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

---

**Metodologia 3 crèdits ECTS = 45 hores lectivitat presencial (60%) i 30 hores de treball autònom de l'alumne (40%) = 75 hores totals):**

És important que l'alumnat aporti un treball centrat en la seva pròpia reflexió, tant pel que fa en la seva mateixa experiència docent, com en la seva experiència com alumne/a de dansa.

Les classes s'estructuren de la següent manera:

- Exposició del tema per part del professor,
- Participació i debat dels alumnes,
- Visionat de classes o de material videogràfic,
- Exemples de casos reals,
- Treball en grup,
- Presentacions de treballs escrits.

Es treballarà, si s'escau, també l'assignatura i els seus continguts des de les noves tecnologies, al Campus Virtual (Moodle).

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

---

Donades les característiques metodològiques es tindrà en compte:

- Assistència obligatòria i participació: 10%
- Activitats d'aula i treball individual: 70%
- Presentacions (orals/escrites): 20%
- Continguts teòrics del curs



- Propostes d'exercicis
- Aportacions realitzades
- Processos i millores de les propostes

#### **Avaluació única:**

La modalitat d'avaluació única es podrà establir en casos excepcionals que, un cop feta la matrícula, justifiquin documentalment una causa imprevista i sobrevinguda de força major que impedeixi l'assistència regular a l'assignatura i en casos de canvi o solapament horari provocats per l'escola amb posterioritat al període de matriculació. Es pot consultar el detall d'aquesta modalitat a la Guia de l'estudiant del CSD.

#### **Assistència:**

L'assistència mínima per aprovar l'assignatura és del 70%-80% segons el criteri del docent. Només es consideraran faltes justificades les absències per activitats acadèmiques aprovades per l'escola. Es poden consultar més detalls sobre l'assistència a la Guia de l'estudiant del CSD.

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

---

- Tarasov, N. (1980). *Klassischer Tanz: die Schule des Tänzers*. Germany: Wilhelmshaven.
- Jarmey, C. (2010). *Atlas conciso de los músculos*. Barcelona: Editorial Paidotribo.
- Barringer, J., Schlesinger, S. (2012). *The Pointe Book. Shoes, training, technique*. Highstown: Princeton Book Company
- Reinhardt, A. (2007). *Pointe shoes. Tips & tricks*. Plymouth: Latimer Trend Ltd.
- Vaganova, A. (1969). *Basic principles of classical ballet: Russian ballet technique*. London: Dover Publications.
- Kostrovitskaya, V. & Pisarev, A. (1978). *School of classical dance*. London: Dance Books Ltd. Complementària

#### Complementaris:

- Franklin, E. (2011). *Danza Acondicionamiento físico*. Badalona: Paidotribo
- Franklin, E. (1996). *Dance imagery for technique and performance*. USA: Human kinetics.
- Clarkson, M. & Skrinar, M. (1988). *Science of Dance Training*. Illinois: Human Kinetic Books
- Grieg, V. (1993). *Inside ballet technique. Separating anatomical fact from fiction in the ballet class*. New York: Princeton Book Company.