



PLA DOCENT

Curs: 1r
Especialitat: Coreografia i interpretació / Pedagogia de la dansa
Matèria: Tècniques de dansa i moviment
Codi de l'assignatura: 410002
Títol de l'assignatura: Tècniques de dansa I
Subtítol: Tècnica de dansa contemporània I
Tipus d'assignatura: Formació bàsica
Adscripció de l'assignatura: Departament de moviment
Crèdits ECTS de l'assignatura: 9 ECTS
Hores totals de l'assignatura: 225h 180 hores lectivitat presencial (80%) i 45 hores treball autònom de l'alumne (20%)
Impartició: Anual
Professors/es: A determinar segons POA
Descriptor: Classe pràctica de dansa contemporània presentada per servir d'entrenament, aprofundiment tècnic i interpretatiu per a les especialitats d'Interpretació/Coreografia i Pedagogia indistintament. per tal de donar eines a l'alumne per desenvolupar qualitats, a partir d'un treball conscient, i adquirir nous recursos tot i consolidant els existents.
Requisits: Formació en tècniques de dansa
Observacions: 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. Procediment: 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 ES TREBALLARAN A 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 Integar-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. (COR-INT)
- 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:

- CECI2 Conèixer profundament diferents tècniques de dansa, de moviment i corporals i tenir coneixements d'altres llenguatges o disciplines.
- CECI4 Desenvolupar capacitat per a entendre les característiques específiques de cada individu per a optimitzar la seva interpretació i la seva labor creativa.
- CECI8 Tenir coneixements de llenguatges i disciplines escèniques, artístiques, musicals i visuals i desenvolupar capacitat per a interrelacionar-los.
- CEP2 Conèixer en profunditat diferents tècniques de dansa, de moviment i 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:

- Integrar-se adequadament en equips multidisciplinaris i en contextos culturals diversos.
- Treballar de forma autònoma i valorar la importància de la iniciativa i l'esperit emprenedor en l'exercici professional.
- 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 optimitzar la seva interpretació i tasca creativa
- Ampliar habilitats i destreses per afavorir el desenvolupament requerit pel seguiment dels estudis.
- Utilitzar la pràctica corporal pròpia com a font de recursos indispensable per a la transmissió i l'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.
- Adquirir la capacitat per desenvolupar en profunditat el llenguatge corporal i la utilització de la nomenclatura de la tècnica de dansa de l'estil escollit.
- 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 prenent iniciatives per afavorir el desenvolupament tècnic i 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 de la nomenclatura bàsica de la tècnica de dansa contemporània, la utilització verbal i la seva escriptura.
- C3 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.
- C4 Coneixement del ventall tècnic, conceptual i estilístic del vocabulari dansístic, amb aportacions actualitzades sobre conceptes de mobilitat, respiració, propiocepció, ideokinesi, us del terra, repartiment del pes etc, vigents en les noves tendències segons la demanda actual de la professió.
- C5 Coneixement de les pròpies capacitats i de les eines tècniques per poder desenvolupar-les: consciència corporal, propiocepció, entrenament etc..
- C6 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 destreses:

- H1 Treball d'escalfament del cos per afavorir el rendiment de qualsevol altre 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 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 i al nivell del 1r curs.
- H5 Treball del ventall tècnic, conceptual i estilístic del vocabulari dansístic, amb aportacions actualitzades sobre conceptes de mobilitat, respiració, propiocepció, ideokinesi, us del terra, repartiment del pes etc. vigents en les noves tendències segons la demanda actual de la professió, al nivell del 1r curs.
- 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 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)

Blocs de contingut:

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

Entrenament corporal:

- La consciència corporal. Connexions, alineació.
- El centre, l'eix.
- El to muscular, l'elasticitat i la flexibilitat.
- Motors d'inici del moviment: inici, trajectòria i final de cada moviment.
- El cos articulat. L'ús de la columna.
- Transferències de pes.
- Els impulsos, la inèrcia.
- L'organització espacial. Direccions, desplaçaments.



- Les dinàmiques, la pausa. La respiració.
- L'espai individual i de grup.

Reflexió i anàlisi:

- Dels mecanismes i combinacions dels exercicis i la seva repercussió en el modelatge del cos i l'expressivitat segons el nivell.
- 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, segons el nivell.

La nomenclatura.

- Utilització verbal i per escrit.

METODOLOGIA I ORGANITZACIÓ GENERAL DE L'ASSIGNATURA

Classes amb estructura pròpia de la tècnica de dansa que s'imparteix amb acompanyament o no, d'un mestre instrumentista.

- Treball amb utilització de ritmes i dinàmiques contrastades.
- La respiració, la projecció del moviment i la mirada.
- 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. I artísticament, 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.
4. La utilització de la nomenclatura per denominar els moviments.

Es podran dur a terme activitats vinculades a un projecte pràctic

AVALUACIÓ (CRITERIS, ESTRATÈGIES O ACTIVITATS I PONDERACIÓ)

S'avaluarà:

- L'assistència i la puntualitat.
- El control bàsic de la coordinació.
- El control de la col·locació corporal, estàtica i dinàmica.
- El control de l'espai i direccions, de la focalització/mirada i projecció del moviment.
- L'augment de la condició física, de les destreses tècniques i la propioceptivitat.
- La musicalitat i el fraseig en el moviment corresponent.
- La distribució adequada de l'esforç en relació a les qualitats requerides pel moviment.
- L'augment de la mobilitat i de la respiració del moviment.
- Conèixer i saber escriure la nomenclatura bàsica corresponent.
- El treball autònom: capacitat d'anàlisi, reflexió etc. i els treballs per escrit.
- Ser capaç d'expressar-se i gaudir dins una classe de dansa.

Ponderacions:

Assistència i puntualitat: 20%

Treball i progrés global: 60%

Capacitat d'anàlisi i reflexió: 10%

Presentació (exercici, oral, escrit): 10%

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

Calais-Germain, Blandine: "Anatomia para el movimiento, tomo I i II". Barcelona: Editorial La Liebre de Marzo, 1994

Greene Haas, Jacqui. *DANCE ANATOMY*. USA: Human Kinetics, 2010.

Laban, Rudolf: "El Dominio del movimiento". Editorial Fundamentos, 1987.

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

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

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

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

Lynne Anne Blom & L. Tarin Chaplin. *The Moment of Movement. Dance improvisation*. Dance Books. London, 2000.

Ann Cooper Albright & David Gere. *Taken by Surprise*. Wesleyan University Press. Connecticut, 2003.

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

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

Miranda Tufnell & Chris Crickmay. *Body Space Image. Notes towards improvisation and performance*. Dance Books. Hampshire, 2006.

Georgette Shneer, *Movement Impovisation*, Human Kinetics, 1994.

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

Bourcier, Paul. *Historia de la danza en Occidente*. Blume. Barcelona,

Duncan, Isadora. *Mi vida*. Debate. Barcelona, 1983.

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

Perces, Marjorie B. i altres: "The Dance Technique of Lester Horton", Dance Horizons Book, Princeton. 1992

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