

**GUÍA DOCENTE DE LA ASIGNATURA:
TÉCNICAS CORPORALES, DANZA Y SALUD.**

DATOS BÁSICOS DE LA ASIGNATURA

ESPECIALIDADES:

- Coreografía e interpretación. (Estilo Baile Flamenco, Estilo Danza Clásica, Danza Contemporánea, Estilo Danza Española).
- Pedagogía de la danza. (Estilo Baile Flamenco, Danza Clásica, Estilo Danza Contemporánea, Estilo Danza Española).

MATERIA: Ciencias de la salud aplicadas a la danza.

CÓDIGO:	PLAN DE ESTUDIOS: Bolonia	TIPO:	CARÁCTER: Troncal T/P
Créditos totales: 3	Créditos teóricos: 1	Créditos teó./prác.	Créditos prácticos: 2
CURSO: 4º	UBICACIÓN: Anual	CICLO: 2º	

DATOS BÁSICOS DEPARTAMENTO RESPONSABLE

DEPARTAMENTO: Música

E-MAIL

dptomusica@csdanzamalaga.com

TF:

FAX:

URL WEB: <http://www.csdanzamalaga.com/>

DATOS ESPECÍFICOS DE LA ASIGNATURA

1. DESCRIPTORES SEGÚN DECRETO 258/2011 de 26 de julio por el que se establecen las enseñanzas superiores de título superior de danza en Andalucía (Boja 164). Anexo II.

Técnicas que tienen como base la concepción energética del ser humano (Yoga, taichí...).

Técnicas con predominio de aspectos educativos, reeducativos y rehabilitadores (Feldenkrais, Aberasturi...).

Técnicas relacionadas directamente con la Danza o la preparación del bailarín y la bailarina (Pilates, Gyrotonic...).

2. SITUACIÓN	
2.1. Prerrequisitos	Haber superado las asignaturas de “Anatomía y Biomecánica...” y “Fisiología humana...”
2.2. La asignatura en el contexto de la Titulación	Las competencias y contenidos de la asignatura pretenden cumplimentar una triple función: <ul style="list-style-type: none"> - Constituir una herramienta de desarrollo personal a partir de las actitudes comunes en las distintas técnicas corporales. - Proporcionar el acercamiento a unas herramientas de trabajo complementarias al profesional de la danza. - Mejorar la práctica docente y/o coreográfica mediante la aplicación a las técnicas de la Danza.
2.3. Recomendaciones	La asignatura tiene carácter práctico por lo que es obligatorio asistir con el vestuario y material adecuado para su normal desarrollo. Repasar los aspectos teóricos y prácticos de la última sesión antes de cada clase.

3. COMPETENCIAS	
<p>Real Decreto 632/2010, de 14 de mayo, por el que se regula el contenido básico de las enseñanzas artísticas superiores de Grado en Danza establecidas en la Ley Orgánica 2/2006, de 3 de mayo, de Educación. Anexo 1</p> <p>Decreto 258/2011, de 26 de julio, por el que se establecen las enseñanzas artísticas superiores de Grado en Danza en Andalucía. Anexo II.</p>	
3.1. Competencias transversales.	1, 2, 3, 6, 7, 8, 12, 13, 15, 16.
3.2. Competencias generales.	2, 3, 4, 6.
3.3. Competencias específicas de la especialidad.	2, 3, 4,7
3.4. Competencias específicas propias de la asignatura.	<p>1. Reconocer y utilizar con propiedad la terminología específica de la materia y relacionarla con la terminología específica de la Danza.</p> <p>2. Conocer las características (origen, evolución, tendencias actuales) de las distintas técnicas estudiadas.</p> <p>3. Reconocer los aspectos comunes y diferenciales de las técnicas estudiadas.</p> <p>4. Conocer los principios sobre los que se</p>

	<p>basan las distintas técnicas estudiadas.</p> <p>5. Reconocer los beneficios de las distintas técnicas como elemento de desarrollo personal.</p> <p>6. Adquirir capacidad para complementar el trabajo dancístico en un contexto de la actividad física-salud.</p> <p>7. Adquirir capacidad para identificar los elementos trabajados e indagar sobre posibles formas de aplicación a la danza.</p>
--	---

<p>4. CONTENIDOS, SEGÚN DECRETO 258/2011 de 26 de julio.</p> <p>Yoga: Origen, Objetivos. Tipos, Sendas o Caminos del Yoga. Prácticas en el Yoga. Hatha-Yoga o Yoga físico: características.</p> <p>Asanas: definición, características de su ejecución, efectos generales, tipos de asanas. Saludo al Sol y asanas principales. Pranayama-Respiración. Relajación. Actitud meditativa y Meditación.</p> <p>Método Feldenkrais: bases y principios. Aprendizaje sensomotor. Fuentes de trabajo. Herramientas del Método. Modos de trabajo: integración funcional, autoconciencia por el movimiento.</p> <p>Taichí: Armonía a través del movimiento. Vertientes de la práctica: marcial, terapéutica, expresiva, meditativa. Formas y escuelas. Principios generales de la práctica. Recomendaciones en la práctica. Movimientos básicos y sus variantes.</p> <p>Método Pilates: Principios del método: alineación, centralización, concentración, control, precisión, fluidez y respiración. Características del método: trabajo global, conciencia corporal, respiración, trabajo de power- house.</p> <p>Otras técnicas: Gyro-tonic, Eutonía, Aberasturi, Alexander.</p>

<p>5. METODOLOGÍA</p> <p>Este año académico, como medida de prevención ante posible contagio del Covid-19, esta asignatura se impartirá una vez en semana en sesiones de 1.5horas: una semana presencial y otra no presencial (en el horario estructurado en semana primera y semana segunda).</p> <p>Para facilitar el desarrollo integral del alumnado la metodología tendrá un carácter globalizador, atendiendo a los diferentes ámbitos de desarrollo y promoviendo la construcción de aprendizajes significativos y funcionales, a partir del nivel de conocimientos previos del alumnado.</p>

La metodología será activa y participativa, favoreciendo el auto aprendizaje a partir del trabajo práctico desarrollado en las diferentes sesiones, tratando de integrar los conocimientos teóricos y prácticos.

Clases prácticas en las que el profesorado marcará unos ejercicios para trabajar los contenidos ya citados, guiando durante las sesiones el trabajo autónomo del alumnado así como la asimilación de los contenidos. De igual modo, habrá clases prácticas en las que el alumnado impartirá talleres a los/as compañeros/as, bajo la supervisión del profesorado.

Se facilitará al alumnado en determinados momentos de la clase un tiempo de trabajo individual para la mejora de los ejercicios.

La instrucción directa, se llevará a cabo en aquellas técnicas que así la han utilizado tradicionalmente (Yoga, Taichí, Pilates...), también a través de exposiciones por parte del profesorado apoyadas con medios audiovisuales (PPT y videos), y tendrán como objeto los contenidos básicos de la materia.

Las actividades prácticas se desarrollarán a través de grupos-clases y tendrán fundamentalmente un carácter aplicado.

La enseñanza mediante la búsqueda, se llevará a cabo en aquellas técnicas en las que se constituye parte de su puesta en práctica habitual y a través de la realización de trabajos de investigación y actividades de ampliación, que serán evaluadas por el profesorado y expuestas en clase dando lugar a debates sobre sus contenidos.

Se fomentará la consulta y utilización de fuentes fiables y contrastadas (manejo de bibliografía y atlas propios, contenidos en la red...).

En el caso excepcional de tener que desarrollar las clases de forma no presencial, el profesorado establecerá con su grupo de alumnado, los medios telemáticos oportunos para seguir el proceso de enseñanza-aprendizaje.

6. HORAS ESTIMADAS DE TRABAJO DEL ALUMNADO	
ACTIVIDADES PRESENCIALES	HORAS 51
Asistencia a clases teóricas	
Asistencia a clases teóricas/prácticas	
Asistencia a clases prácticas.	47h.30'
Asistencia a seminarios y/o ensayos	
Asistencia a tutorías	2
Realización de exámenes	1h.30'
ACTIVIDADES NO PRESENCIALES	HORAS 39
Preparación y elaboración de trabajos y proyectos	16h
Asistencia a representaciones y otros eventos	
Búsqueda y recopilación de documentación.	15h
Preparación de exámenes	8h

7. ACTIVIDADES RECOMENDADAS

-Participación en la vida artística y cultural del centro de forma presencial o vía online.

-Asistencia a espectáculos, conferencias, seminarios, cursos etc., relacionados con la asignatura, que se celebren en el centro o fuera de éste.

-Durante el horario lectivo, se invitará a profesorado cualificado para introducir-impartir contenidos específicos de la asignatura.

8. EVALUACIÓN

Marco legislativo

- Ley Orgánica 2/2006, de 3 de mayo, de Educación.
- Real Decreto 1614/2009, de 26 de octubre, por el que se establece la ordenación de las enseñanzas artísticas superiores reguladas por la Ley Orgánica 2/2006, de 3 de mayo, de Educación. Art. 5
- Real Decreto 632/2010, DE 14 DE MAYO, por el que se regula el contenido básico de las enseñanzas artísticas superiores de Grado en Danza regulada por la Ley Orgánica 2/2006, de 3 de mayo, de Educación. Art. 5
- Real Decreto 1027/2011, de 15 de julio, por el que se establece el Marco Español de Cualificaciones para la Educación Superior.
- Decreto 258/2011, de 26 de julio, por el que se establecen las enseñanzas artísticas superiores de Título Superior de Danza en Andalucía.
- Orden de 16 de octubre de 2012, por la que se establece la ordenación de la evaluación del proceso de aprendizaje del alumnado de las enseñanzas artísticas superiores de Arte Dramático, Danza y Música y se regula el sistema de reconocimiento y transferencia de créditos de estas enseñanzas.

Criterios y sistemas de evaluación	CRITERIOS DE EVALUACIÓN	COMPETENCIAS RELACIONADAS¹
	1. Utilización precisa de la terminología adecuada, tanto en el lenguaje oral como escrito, en el ámbito de las distintas técnicas corporales.	CG1, CE1, CE2.
	2. Conocimiento de las principales características de las diferentes técnicas corporales estudiadas.	CT2, CT8, CT12, CT13, CG1, CG2, CG12, CE1, CE2.
	3. Aplicación, en su actividad profesional, de los principios y técnicas estudiados.	CT2, CT8, CT12, CT13, CG1, CG2, CG12, CE1, CE2.

	4. Conocimiento de los principios básicos de las técnicas estudiadas.	CT2,CE2
	5. Identificación de los beneficios de las técnicas corporales como desarrollo personal.	CT6, CT7, CE2
	6. Adquisición de capacidad para complementar el trabajo dancístico en un contexto de actividad física-salud.	CT1, CT3, CT7, CE2
	7. Adquisición de elementos que permiten la aplicación de las técnicas corporales a la danza.	CT2,CT3, CT7, CE2,

1 CG Competencia general, CT competencia transversal, CE competencia específica de especialidad, CEA competencia específica asignatura.

SISTEMA DE EVALUACIÓN

Evaluación continuada a través de:

- Asistencia, participación, respeto, interés e implicación en las sesiones de desarrollo práctico presencial y teórico no presencial.
- Pruebas de conocimiento (prácticas y orales).
- Desarrollo de la práctica en el aula.
- Trabajo escrito, exposición oral y taller práctico.

Para el alumnado que no asista a clase durante el curso, aquel que supere el **20%** de faltas de asistencia del cómputo total de horas de la asignatura o aquellos que se presenten a convocatoria de septiembre y/o febrero, el tipo de evaluación y valoración de la misma se especifica en el apartado de "Criterios de calificación".

Sobre la participación del alumnado en el procedimiento de evaluación y atendiendo al apartado K) del artículo 26 de la Orden de 16 de Octubre de 2012, por la que se establece la ordenación de la evaluación del proceso de aprendizaje del alumnado de las enseñanzas artísticas superiores de Arte Dramático, Danza y Música y se regula el sistema de reconocimiento y transferencia de crédito de estas enseñanzas, al finalizar el periodo lectivo de la asignatura, o durante el proceso de enseñanza, se atenderá la participación del alumnado en la evaluación de asignatura mediante la entrega de un cuestionario donde deberán responder a las preguntas formuladas sobre aspectos relacionados con los conocimientos recibidos, la práctica docente, así como la aportación de todas aquellas sugerencias encaminadas hacia la mejora de la asignatura. También realizarán actividades de autoevaluación y coevaluación.

Instrumentos y técnicas	TÉCNICAS E INSTRUMENTOS DE EVALUACIÓN La evaluación se llevará a cabo mediante: <ul style="list-style-type: none">• La observación de los ejercicios prácticos realizados en clase en todas las sesiones a lo largo del curso.• Se registrará individualmente bien por escrito o en grabación, el resultado de los ejercicios prácticos realizados.• Se registrará individualmente la asistencia, la atención, la participación y concentración en clase, así como el respeto y la disciplina.• Trabajo escrito, exposición oral y taller práctico.
--------------------------------	--

Criterios de Calificación	<p>Se valorarán los siguientes aspectos:</p> <p>El 75% de la nota final corresponderá al desarrollo de aspectos conceptuales y procedimentales que se realizará a lo largo del curso. El 25% de la nota restante corresponderá a aspectos actitudinales (asistencia a clase, actitud, participación en todas aquellas actividades propuestas).</p> <p>La calificación final será la suma de la puntuación obtenida en cada uno de esos apartados. Para poder realizar dicha suma, el alumnado deberá alcanzar al menos un 50% de la puntuación final de los apartados referentes a los aspectos conceptuales y procedimentales. Superará la asignatura el alumnado que obtenga una puntuación igual o superior a cinco puntos.</p> <p>Aquel alumnado que sobrepase en faltas de asistencia el 20% del cómputo total de horas de la asignatura, no se le valorará el tanto por ciento correspondiente a asistencia, participación e interés.</p> <p>El alumnado que no asista a clase durante el curso y aquel que supere el 20% de faltas de asistencia, podrá presentarse a examen en convocatoria ordinaria, donde realizará una prueba práctica sobre los contenidos desarrollados a lo largo del curso. A dicho alumnado no se le valorará el tanto por ciento correspondiente a aspectos actitudinales. Superarán la asignatura, aquel alumnado que obtenga una calificación final igual o superior a 5 puntos.</p> <p>Al alumnado que se presente en convocatoria de septiembre y/o extraordinaria se le valorará sobre 10 puntos, siendo necesario obtener una calificación igual o superior de cinco puntos para superar la asignatura.</p> <p>Además de los criterios de evaluación citados en el apartado/o punto referentes a los aspectos conceptuales y procedimentales, el alumnado en convocatoria de septiembre o febrero realizará unos ejercicios prácticos marcados por el profesorado con los contenidos correspondientes a la asignatura.</p> <p><u>Fechas de convocatorias/ exámenes.</u></p> <p>El alumnado podrá realizar dos convocatorias de pruebas de evaluación</p> <ul style="list-style-type: none">- 1ª convocatoria ordinaria. La fecha del examen correspondiente a la convocatoria de junio se realizará en la primera quincena de junio.- 2ª convocatoria ordinaria La fecha del examen correspondiente a la convocatoria de septiembre se realizará la primera quincena de septiembre.
----------------------------------	---

Procedimientos de evaluación	TIPO DE PRUEBA	ACTIVIDAD CR EVALUABLE CRONOGRAMA	CRITERIO DE CALIFICACIÓN	PONDERACIÓN
	Pruebas prácticas	Realización, modificación y cumplimentación de los contenidos teóricos y prácticos trabajados en cada clase. A lo largo del curso.	Conocer, realizar calentamiento de forma autónoma.	10%
			Conocer y vivenciar técnicas de relajación.	10%
			Conocer y vivenciar técnicas de Respiración	10%
			Conocer y controlar el Trabajo postural	10%
			Conocer y llevar a la práctica trabajo de Tonificación	10%
			Conocer y vivenciar técnicas de Estiramiento.	10%
				Pruebas escritas/orales
	Participación en el aula	Disciplina. En cada clase.	Participar en las clases con la indumentaria y la disposición apropiadas.	5%
		Participación. En cada clase.	Mostrar atención, concentración, respeto, disciplina, tesón, iniciativa y participación en clase.	20%
		Asistencia. En cada clase.		

9. BIBLIOGRAFÍA

Específica de la asignatura.

- Blay, A. (1981). *Hatha Yoga*. Iberia.
- Blay, A. (2017). *Relajación y Energía*. Sincronía.
- Balaskas, A. (1982). *La vida del cuerpo*. Paidós Ibérica.
- Nuang, A. C. (1999). *La esencia del tai chí*. Sirio.
- González, S. (1991). *Guía práctica del tai chi chuan*. Indigo.
- Kiew, W. (1996). *El arte del chi-kung*. Urano.
- Jwing Ming, Y. (1999). *La esencia del Taiji Qigong*. Sirio.
- Feldenkrais, M. (2009). *Autoconciencia por el movimiento*. Paidós.
- Feldenkrais, M. (2015). *El poder del yo*. Paidós.
- Feldenkrais, M. (2005). *Body & Mature Behavior*. Frog Books.
- Feldenkrais, M. (1981). *The elusive obvious*. Meta Publications.
- Alexander, F. M. (1995). *El uso de sí mismo*. Editorial Urano.
- Brennan, R. (1992). *El manual de la técnica Alexander*. Plural Ediciones.
- Pilates, J. H. (1998). *Your health: a corrective system of exercising that revolutionizes the entire field of physical education*. Dynamics Inc.

Recomendada.

- Jenkins, N. y Brandon, L. (2016). *Anatomía & Yoga para la salud y la postura*. Paidotribo.
- Digambarananda, S. y Hernández, D. (2017). *Claves del yoga. Teoría y práctica*. La liebre de marzo.
- Van, A. (2009). *Aprendo yoga*. Urano.

- | | |
|--|---|
| | <ul style="list-style-type: none">• Shaw, S. (2016). <i>El pequeño libro de la respiración</i>. Gaia Ediciones. |
|--|---|