

# ENSEÑANZAS ARTÍSTICAS SUPERIORES DE GRADO EN DANZA

## GUÍA DOCENTE DE LA ASIGNATURA CURSO 2023-2024

NOMBRE **PREPARACIÓN FÍSICA APLICADA A LA DANZA.**

### IDENTIFICACIÓN DE LA ASIGNATURA

|              |                                                                                                               |      |          |          |          |      |         |
|--------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------|----------|----------|----------|------|---------|
| MATERIA      | Ciencias de la Salud aplicadas a la Danza                                                                     |      |          |          |          |      |         |
| CURSO        | 2º                                                                                                            | TIPO | Optativa | CRÉDITOS | 3        | ECTS | 1,3 HLS |
| PRELACIÓN    | Consultables en <a href="https://csdanzamalaga.com/assignaturasllave">csdanzamalaga.com/assignaturasllave</a> |      |          | CARÁCTER | Práctica |      |         |
| PERIODICIDAD | Semestral                                                                                                     |      |          |          |          |      |         |

CALENDARIO Y HORARIO DE IMPARTICIÓN Consultables en página web [csdanzamalaga.com/alumnado/horarios](https://csdanzamalaga.com/alumnado/horarios)

| ESTILOS                                                                                                                                                                                                                                                                     | ESPECIALIDADES                                                                                                                                                               | ITINERARIOS (3º y 4º Curso)                                                                                                                                                                                                        |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <ul style="list-style-type: none"><li><input checked="" type="radio"/> DANZA CLÁSICA</li><li><input checked="" type="radio"/> DANZA ESPAÑOLA</li><li><input checked="" type="radio"/> DANZA CONTEMPORÁNEA</li><li><input checked="" type="radio"/> BAILE FLAMENCO</li></ul> | <ul style="list-style-type: none"><li><input checked="" type="radio"/> PEDAGOGÍA DE LA DANZA</li><li><input checked="" type="radio"/> COREOGRAFÍA E INTERPRETACIÓN</li></ul> | <ul style="list-style-type: none"><li><input type="radio"/> DOCENCIA PARA BAILARINES/AS</li><li><input type="radio"/> DANZA SOCIAL, EDUCATIVA Y PARA LA SALUD</li><li><input type="radio"/> COREOGRAFÍA E INTERPRETACIÓN</li></ul> |

### DOCENCIA Y DEPARTAMENTOS

|              |                              |                                   |
|--------------|------------------------------|-----------------------------------|
| DEPARTAMENTO | Departamento de Música       | 29001391.dptomusica@g.educaand.es |
| PROFESORADO  |                              |                                   |
|              |                              |                                   |
|              | Jose Antonio García Rabaneda | jgarraab907@g.educaand.es         |
|              | Elena Plaza Morillas         | eplamor495@g.educaand.es          |
|              |                              |                                   |

TUTORÍAS Consultables en la página web [csdanzamalaga.com/alumnado/tutorias](https://csdanzamalaga.com/alumnado/tutorias)

### DESCRIPCIÓN Y CONTEXTUALIZACIÓN DE LA ASIGNATURA EN EL MARCO DE LA TITULACIÓN

La asignatura de preparación física es un complemento perfecto para la formación del bailarín, para mejorar la capacidades físicas del artista, prevenir lesiones y trabajar en un contexto de actividad física saludable. El alumno conocerá muchas herramientas para que posteriormente pueda trabajar de forma autónoma, La asignatura tiene un carácter práctica aportando mayor flexibilidad, fuerza, resistencia y velocidad en los movimientos, además de un mayor control de ellos. También, permite la innovación del propio bailarín con movimientos ajenos a la danza.

**CONTENIDOS Y COMPETENCIAS****CONTENIDOS**

Necesidad de una preparación física para la danza. Entrenamiento y preparación del bailarín. Principios generales del entrenamiento. Concepto de condición física. Concepto de capacidades físicas básicas y coordinativas. Evolución de las capacidades, periodos de formación, periodos sensibles. Perfil fisiológico del bailarín o bailarina. Análisis de las actividades, carga interna y carga externa en los distintos estilos de danza.

**COMPETENCIAS**

TRANSVERSALES CT

GENERALES CG

ESPEC. PEDAGOGÍA CEP

ESPEC. COREOGRAFÍA CEC

1, 2, 3, 6, 7, 8, 12, 13, 15, 16.

2, 3, 4, 6.

2, 3, 4.

2, 3, 4.

Puede consultarse el texto completo en la página web [csdanzamalaga.com/estudios/normativa](http://csdanzamalaga.com/estudios/normativa)

**COMPETENCIAS ESPECÍFICAS PROPIAS DE LA ASIGNATURA**

- 1.Reconocer y utilizar con propiedad la terminología específica de la materia y relacionarla con la terminología específica de la Danza.
- 2.Conocer el ámbito de aplicación de la preparación física y sus posibilidades de aplicación a la Danza.
- 3.Comprender los distintos componentes de la condición física y sus métodos de desarrollo.
- 4.Fundamentar las bases del acondicionamiento en la Danza, en función de las adaptaciones producidas en los diferentes sistemas.
- 5.Adquirir herramientas para evaluar la condición física y fisiológica del bailarín.
6. Aplicar los principios del entrenamiento a la preparación física en danza.

**OBSERVACIONES Y RECOMENDACIONES**

Se recomienda el manejo de los fundamentos básicos tanto de Anatomía humana como de Fisiología. Todas las comunicaciones y entrega de actividades se harán mediante la plataforma Classroom.

## MÓDULOS DE APRENDIZAJE

MÓDULO DE APRENDIZAJE 1: Delimitación y aclaración de conceptos. Preparación física. Condicionamiento físico. Condición física. Entrenamiento.

MÓDULO DE APRENDIZAJE 2: Ejercicios desaconsejados, técnica de trabajo y prevención de lesiones.

MÓDULO DE APRENDIZAJE 3: Estructura de la sesión práctica. Calentamiento, parte principal y vuelta a la calma.

MÓDULO DE APRENDIZAJE 4: Calentamiento general y específico.

MÓDULO DE APRENDIZAJE 5: Acondicionamiento físico mediante el trabajo de autocargas.

MÓDULO DE APRENDIZAJE 6: Trabajo de la fuerza. Medios, métodos y sistemas para su desarrollo.

MÓDULO DE APRENDIZAJE 7: Trabajo de la resistencia. Medios, métodos y sistemas para su desarrollo.

MÓDULO DE APRENDIZAJE 8: Trabajo de la flexibilidad. Medios, métodos y sistemas para su desarrollo.

MÓDULO DE APRENDIZAJE 9: Trabajo de la velocidad. Medios, métodos y sistemas para su desarrollo.

MÓDULO DE APRENDIZAJE 10: Trabajo de la agilidad como capacidad resultante.

MÓDULO DE APRENDIZAJE 11: Planificación para la mejora de la condición física. Propuesta de sesión práctica.

## ACTIVIDADES COMPLEMENTARIAS

Implementan el currículo de las materias y son actividades obligatorias y evaluables que se desarrollan durante el horario lectivo.

## ACTIVIDADES CULTURALES Y ARTÍSTICAS

Potencian la apertura del Centro a su entorno y procuran la formación integral del alumnado en aspectos referidos a la ampliación de su horizonte cultural y laboral. Se desarrollan fuera del horario lectivo.

## METODOLOGÍA

- La metodología será activa, participativa, favoreciendo la investigación y el auto aprendizaje a partir de las bases prácticas dadas en las diferentes sesiones.
- Se desarrollará mediante clases prácticas en las cuales el profesorado marcará las tareas, ejercicios y actividades de enseñanza para trabajar y desarrollar los contenidos. El profesorado guiará y supervisará el trabajo del alumnado priorizando la autonomía durante las sesiones para garantizar la asimilación de los contenidos.
- El profesorado se apoyará en las TIC para facilitar la información de la tarea al alumnado.
- La organización del alumnado durante el desarrollo de las sesiones se llevará a cabo desde el trabajo individual, evolucionando por diferentes formaciones hasta el trabajo grupal teniendo un carácter aplicado.
- Se utilizarán diferentes recursos materiales como esterillas, bandas elásticas, fitball, pelotas pesadas para facilitar la consecución de los objetivos.
- La enseñanza mediante la búsqueda, se llevará a cabo 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 la reflexión de los contenidos.
- Se fomentará la consulta y utilización de fuentes fiables y contrastadas para el tratamiento de los contenidos.
- Se utilizará como canal de comunicación entre profesorado y alumnado la plataforma Classroom.

## CONCRECIÓN DE MEDIDAS DE ATENCIÓN A LA DIVERSIDAD

La función tutorial junto a la Comunidad Educativa colaborarán en la adaptación de los medios de acceso al aprendizaje, compensando las dificultades y desarrollando las potencialidades únicas y diversas del alumnado. En caso de necesidad de apoyo educativo se garantizarán medidas de adaptación que garanticen la igualdad de oportunidades, la no discriminación y accesibilidad universal.

## PROCEDIMIENTO DE EVALUACIÓN DEL PROCESO DE APRENDIZAJE DEL ALUMNADO

El resultado final obtenido por el alumnado se calificará en función de la escala numérica de «0» a «10», con expresión de un decimal según el grado de consecución de los criterios de calificación. Las calificaciones inferiores a «5,0» tendrán la consideración de calificación negativa. Cuando el alumnado no se presente a las pruebas estipuladas en cada convocatoria y se le consigne la expresión «NP» (No Presentado), tendrá la consideración de calificación negativa. La evaluación en Primera Convocatoria Ordinaria se realizará de manera continua a través de las actividades evaluables programadas para el curso académico. En caso de no superar la asignatura a través de esta modalidad, se realizará una prueba final que tendrá carácter de Prueba de Evaluación única, que valorará el grado de adquisición de todas las competencias de la asignatura. Se deberá obtener una calificación positiva, igual o mayor del 50% en el total de las actividades evaluables para la superación de la asignatura.

| CRITERIOS DE EVALUACIÓN ESPECÍFICOS                                                                                                                   | COMPETENCIAS RELACIONADAS |            |                        |              |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------|------------|------------------------|--------------|
|                                                                                                                                                       | TRANSVERSALES             | GENERALES  | ESPECIALIDAD           | C.E. PROPIAS |
| I. Participa de manera activa y muestra interés hacia la asignatura, así como una actitud positiva frente a todo el proceso de enseñanza aprendizaje. | 1, 7, 8, 13,              | 3          | 2.3 y 4<br>Coreografía | 6            |
| II. Reconoce y utiliza con propiedad la terminología específica de la materia y sabe relacionarla con la terminología específica de la Danza.         | 2, 8, 13                  | 2, 3, 4    | 2.3 y 4<br>Pedagogía   | 1            |
| III. Conoce el ámbito de aplicación de la preparación física y sus posibilidades de aplicación a la Danza.                                            | 2, 3, 7, 8, 13, 16        | 2, 3, 4    |                        | 1 y 2        |
| IV. Aplica los fundamentos básicos del acondicionamiento físico en la danza, en función de las adaptaciones producidas en los diferentes sistemas.    | 1,2, 3, 6, 13, 15         | 2, 3, 4, 6 |                        | 3, 4 y 6     |
| V. Aplica en la práctica los diferentes medios, métodos y sistemas de desarrollo de los de las capacidades físicas .                                  | 1,2, 3, 6, 7, 13, 15      | 2, 3, 4, 6 |                        | 3, 4 y 6     |
| VI. Evalúa con rigor la condición física y fisiológica del bailarín y bailarina.                                                                      | 3, 6, 8, 12, 13           | 2, 3 y 4   |                        | 1 y 5        |

## SISTEMA DE PARTICIPACIÓN DEL ALUMNADO EN LA EVALUACIÓN DE LA ASIGNATURA

La participación del alumnado estará presente en todos los aspectos y procesos de evaluación, fomentando la capacidad para argumentar y expresar los pensamientos teóricos, analíticos, estéticos y críticos sobre el movimiento del cuerpo y su relación con la danza. Del mismo modo la formación de espacios de conocimiento y esfuerzo colectivo formarán una actividad constante y consciente de coevaluación de toda la actividad docente, incluyendo todos los aspectos que permitan la mejora de la calidad educativa (CT6,CT9).

# CONCRECIÓN DE CRITERIOS DE EVALUACIÓN SEGÚN CONVOCATORIA

## PRIMERA CONVOCATORIA ORDINARIA

| ACTIVIDAD EVALUABLE                                                            | CALENDARIO                                                                        | INSTRUMENTOS DE EVALUACIÓN                                      | CRITERIOS DE CALIFICACIÓN                                                                                                                              | POND. |
|--------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------|
|                                                                                | Consultable en el apartado calendario de actividades evaluables de la página web. |                                                                 |                                                                                                                                                        |       |
| - Actividad evaluable 1: examen práctico. Parcial 1                            | octubre                                                                           | Rúbricas, cuestionarios, grabaciones, escalas de observación... | I, II, III, IV, V, VI                                                                                                                                  | 20%   |
| Actividad evaluable 2: práctica 1                                              | Última semana noviembre                                                           |                                                                 | I, II, III, IV, V                                                                                                                                      | 10%   |
| - Actividad evaluable 3: práctica 2                                            | Última semana lectiva diciembre                                                   |                                                                 | I, II, III, IV, V                                                                                                                                      | 10%   |
| -Actividad evaluable 4: práctica 3                                             | Tercera semana de enero                                                           |                                                                 | I, II, III, IV, V                                                                                                                                      | 10%   |
| -Actividad evaluable 5: examen práctico. Parcial 2                             | segunda semana febrero                                                            |                                                                 | I, II, III, IV, V, VI                                                                                                                                  | 20%   |
| -Actividad evaluable 6: exposición de una sesión de forma grupal (obligatoria) | Última semana del semestre                                                        |                                                                 | I, II, III, IV, V                                                                                                                                      | 30%   |
| Examen de Evaluación Unica                                                     | Fin del semestre                                                                  | Grabación, rúbrica y escalas de observación.                    | Criterios y ponderación idénticos a las pruebas de evaluación de la segunda convocatoria ordinaria y convocatorias extraordinarias referidas en pág.7. | 100%  |

### OBSERVACIONES

La ctividad evaluable 6 es imprescindible.

Las fechas de las actividades evaluables pueden sufrir modificación debido a aspectos organizativos del Centro. El alumnado podrá solicitar cambio de fecha de actividad evaluable por baja médica, concurrencia a exámenes oficiales o contrato laboral afín al ámbito dancístico, debiendo acreditarse con el justificante pertinente.

**SEGUNDA CONVOCATORIA ORDINARIA Y CONVOCATORIAS EXTRAORDINARIAS**

| ACTIVIDAD EVALUABLE | CALENDARIO                                                  | INSTRUMENTOS DE EVALUACIÓN                  | CRITERIOS DE CALIFICACIÓN | POND. |
|---------------------|-------------------------------------------------------------|---------------------------------------------|---------------------------|-------|
| Examen final        | Según convocatoria oficial publicada en tablón de anuncios. | Grabación, rúbrica y escalas de observación | I, II, III, IV, V, VI     | 100%  |

**REQUISITOS MÍNIMOS PARA LA SUPERACIÓN DE LA ASIGNATURA**

Competencias imprescindibles para la superación de la asignatura 1-6.

**BIBLIOGRAFÍA**

- Franklin,E.(2006). Acondicionamiento físico para la danza. Entrenamiento para la coordinación y eficiencia de todo el cuerpo. Tutor.
- Greene Haas, J. (2010) Anatomía de la danza. Guía ilustrada para mejorar flexibilidad, la fuerza y el tono muscular. Tutor.
- Kapandji, A.I. (2011) Fisiología articular. Tomo 1, 2 y 3. Panamericana.
- López Miñarro, P.A (2002). Mitos y falsas creencias en la práctica deportiva. Inde. Barcelona.
- Platonov, V. N. (2007) La preparación física. Editorial Paidotribo.
- Simmel, L. (2013) Dance medicine in practice: Anatomy, injury prevention, training. Routledge.
- Sobotta(2006) Atlas de Anatomía Humana. Tomo 1, 2,3. Panamericana.
- Weineck, J. (2005) Entrenamiento total. Paidotribo.