

ESPECIALIDAD DANZA CLÁSICA

CURSO: 4º ENSEÑANZAS PROFESIONALES

ASIGNATURA: DANZA CONTEMPORÁNEA

1. OBJETIVOS.

1. Desarrollar la importancia del calentamiento en los trabajos de suelo de la Técnica Graham.
2. Conocer la terminología propia de este nivel.
3. Desarrollar el trabajo de coordinación de las diferentes partes del cuerpo en las variaciones de clase.
4. Identificar y consolidar los contenidos esenciales de las técnicas de Danza Contemporánea estudiadas hasta el momento (Graham, Limón y Release) , y hacer consciente al alumnado de su importancia en el desarrollo técnico y artístico del bailarín/a.
5. Desarrollar en el alumno el trabajo espacial de desplazamiento de su esfera kinestésica.
6. Trabajar la respiración como origen del movimiento y enriquecimiento del mismo.
7. Desarrollar el trabajo de memorización y perfeccionamiento de las variaciones dadas en la clase.
8. Utilizar la técnica como medio de expresión y comunicación, y no como un fin en sí mismo.

2. CONTENIDOS.

1. Repaso de los contenidos del año anterior.
2. Fundamentos y terminología de la técnica Graham.
3. Diferenciación con respecto a otras técnicas estudiadas (Limón y Release)
4. Realización de los elementos propios de las diferentes técnicas en el trabajo de suelo, centro y desplazamientos (secuencias/ejercicios/variaciones que componen la clase de Danza Contemporánea)
5. Relación "Conexión Pelvis-Cabeza" (alineación corporal, movilidad y articulación)
6. Trabajo del centro corporal y estudio de la respiración en relación al movimiento.
7. Comprensión de la importancia del acompañamiento musical aplicado al movimiento.
8. Entrenamiento progresivo y permanente de la memorización.
9. Características propias de la Danza Contemporánea en diferenciación con otras técnicas: identificación y ejercitación.
10. Trabajo del peso, a través de elementos técnicos estudiados y en relación con el suelo (Suspensión, caída y recuperación, emplazamiento y traslado del peso, iniciación al peso en cargas/parejas...)
11. Trabajo de la improvisación:
 - Desarrollo de la consciencia corporal y el sentido kinestésico.
 - Consciencia espacial y escucha grupal

- Experimentación de diferentes calidades de movimiento.
- Desarrollo de la sensibilidad musical: precisión, sincronización, energía, fraseo...)
- Entrenamiento de los contenidos específicos de las diferentes técnicas en secuencias de suelo, centro desplazamientos y variaciones.

2.1. CONTENIDOS ESPECÍFICOS

TÉCNICA GRAHAM

- **Trabajo de la técnica incidiendo en:**
 - Diferenciación tronco-torso
 - Alineación y extensión de la columna en distintas posiciones
 - Respiración en trabajo de contracciones
 - Energía y carácter propio de la técnica
 - Alternancia dinámica entre niveles espaciales, direcciones y agrupaciones.
- **Posiciones en el suelo:**
 - Trabajo de las posiciones estudiadas en el curso anterior.
- **Movimientos en el suelo,**
 - Breathings/ Respiraciones en 2/4 y en 3/4. (en feet together y 5ª)
 - Contraction-Release en 3 posiciones
 - High release
 - Pitch
 - Contraction Rebounds/ rebotes (F.T, paralelo y 2ª) diferentes combinaciones y velocidades.
 - Deep Contraction, 3 posiciones de brazos.
 - Spirals/Espirales en quinta posición +high release
 - Opennings/Extensiones a la 2ª
 - Contracción en attitude atrás, en 4ta delante y 2da. (por battement o devellopé)
 - Desarrollo del trabajo de súplicas (Pleadings)
 - Desarrollo del trabajo de cuartas: Spiral turn around the back in 4th position. preparación a split fall.
 - Back leg extension
 - Iniciación al trabajo sobre rodillas
 - Feet coming forward/ con trabajo de elevación de piernas
 - Long leans
 - Tilt en plantas juntas y en paralelo.
 - Hinge desde rodillas
 - Desarrollo de trabajo de Caídas:
 - Caída deslizada lateral desde sentados con pies al lado, y desde rodillas, con cambios de frente, lanzamiento de piernas, y distintas recuperaciones/rodadas.

- **Movimientos en el centro:**
 - Contracción y demi-plié en paralelo y 4ª paralelo.
 - Iniciación brazos Bird en demi-plié.
 - Contracción en paralelo plié y apertura a segunda posición en plié, con torso en release/ high release y giro en paralelo.
 - Tendus y degagés en cruz con espirales
 - Rond de jambe con espirales (a tierra).
 - Tilt dehors y paralelo a 45/90º*
 - Contracción en:
 - paralelo en retiré plié/ battement/ développés y 2da.
 - en attitude en 4ta avant 45º/90ª y derriere
 - Legs swings
 - Birds,
 - Hip trust y progresiones.

TÉCNICA RELEASE

- **Trabajo de los contenidos del curso anterior, haciendo hincapié en:**
 - Movilidad y disponibilidad corporal, articular y muscular
 - Contacto con el suelo y distribución de peso
 - Direcciones y encadenamientos en el cuerpo
 - Ritmo interno
 - Fluidez
- **Movimientos en el suelo y centro:**
 - Paso de posición fetal a estrella o X hacia el suelo (conexión centro-periferia)
 - Alternancia niveles espaciales
 - Desplazamientos en el suelo
 - Movimiento y rotaciones sobre el eje en horizontal: por espirales, por conexión codo-rodilla, con impulso de distintas partes del cuerpo...) a través de:
 - Swings piernas con distintas evoluciones
 - Rodadas a partir de plancha
 - Rodadas por espalda con distintos inicios, apoyos y empujes en mano, codo, hombro.
 - Caminada con apoyo de mano /brazo en suelo
 - Vuelta por el hombro hacia detrás y hacia delante (fin. Sobre 1 o 2 rodillas, deslizado sobre empeines, dedos) o en posición fetal.
 - Trípode (Inicio desde 4ª o desde sentados sobre isquiones con rodillas flexionadas delante), con elevación de pierna/giro
 - Monkey (deslizado) cambiando de nivel espacial
 - Salto desplazando el centro en el suelo y rodada (apoyo sobre una mano)
 - Giro libre a partir del impulso de una parte del cuerpo

TÉCNICA LIMÓN

- **Trabajo de los contenidos estudiados cursos anteriores, incidiendo en el trabajo de:**
 - Peso, respiración y sucesión de la columna vertebral
 - Suspensión, caída y recuperación.
 - Fluidez y enlace de los movimientos
 - Aplicación a la técnica de Danza Clásica
- **Movimientos en el centro:**
 - Aislamientos
 - Barra al centro en paralelo y dehors (1ª, 2ª, 3ª, 4ª), con trabajo de torso y brazos de T. Limón:
 - Redondo delante y al lado, Arch y Espirales.
 - Espiral en redondo, espiral en arch.
 - ¼ y ½ o círculo completo de torso
 - Bounces/rebotes
 - Sucesión de la columna vertebral en paralelo y en dehors, en 1ª y 2ª posición.
 - Bajada por redondo a plancha y vuelta al eje vertical en 8, 4 y 2 tiempos.
 - Flat Back (Horton), con y sin plié en paralelo, 2ª y 4ª paralelo
 - Definición de posiciones de brazos-manos y port de bras.
 - Swings de piernas en attitude, dehors y paralelo con oscilación de brazos.
 - Swings de brazos en estático y en desplazamiento, combinados con:
 - Torso redondo delante/al lado, o espirales.
 - Giro/salto o caída deslizada
 - Lunges con torso:
 - manteniendo el contacto con el suelo del pie de la pierna portante.
 - Volviendo a retiré o a degagé y ¼ rond en l'air
 - Con cambio de frente por cuartos
 - Chassé series en cruz en paralelo y dehors, con torso redondo, y distintos recorridos de brazos, combinados con pequeño salto, ½ o 1 giro en paralelo/dehors, bajada al suelo, elevaciones de piernas en suspensión.

DESPLAZAMIENTOS, CAÍDAS, GIROS, SALTOS,

Combinados con movimientos de torso-tronco de las diferentes técnicas:

- Caminada deslizada (distintas variaciones)
- Triplet (hacia delante, al lado o detrás, con espiral, con giro)
- Tilt (pique a pie plano o por plié-relevé)
- Step horse

- Caídas: propias de las diferentes técnicas, por espiral, en contracción, por peso, relajación articular... adecuadas a este nivel.
- Giros con y sin foco,
- $\frac{1}{2}$ giro y 1 giro de hors y dedans, partiendo de posiciones de paralelo y de hors en:
 - Pleading position (súplicas)
 - Tilt ($\frac{1}{2}$) y pitch($\frac{1}{2}$).
 - En espiral (distintos gestos de pierna libre).
 - En paralelo a pie plano (piernas extendidas), plié y relevé.
 - En coud de pied y retiré plié, pie plano y relevé.
 - En plié en arabesque o attitude 45° (solo dedans)
- Saltos:
 - Sobressaut en paralelo, 1ª, 2ª de hors
 - Echappé 2ª y 4ª (de hors y paralelo)
 - Glissade de hors y paralelo
 - Assemblé y sissonne en paralelo
 - Temps levé en retiré, degagé delante y arabesque 45°
 - Pas de Chat
 - Skip (diferentes posiciones y trabajos de torso),
 - Sparkle, Prances, Butterfly,
- Secuencias de movimiento /Combinaciones de elementos de las distintas técnicas, de repertorio propio o no:
 - Sensaciones, energía y calidades de movimiento.
 - Diferentes trabajos en relación al espacio y sus elementos
 - Musicalidad
 - Expresividad
- Improvisaciones en relación a frases trabajadas
- Improvisaciones en relación a pautas dadas :
 - espacio, ritmo y musicalidad, energía, calidades de movimiento, escucha grupal, escucha del propio cuerpo y sentido kinestésico.
 - trabajo de la capacidad creativa y expresiva del alumno/a
 - desarrollo de la capacidad de comunicación, musicalidad y sensibilidad
- Iniciación al trabajo en parejas-tríos...iniciación al trabajo de cargas, peso en pareja.

3. PROCEDIMIENTOS DE EVALUACIÓN Y CALIFICACIÓN.

El proceso de evaluación será global y continuo, teniendo en cuenta las actitudes y el uso de las aptitudes del alumno en relación a su trabajo personal y los objetivos alcanzados. Su finalidad será la de obtener la información necesaria para adecuar el proceso de enseñanza al progreso real del aprendizaje. Su función será orientadora y formativa, siendo un medio clave para mejorar la intervención pedagógica. Según

los agentes que la realicen será una autoevaluación, heteroevaluación o coevaluación, debiendo aplicarse los tres modos para que sea realmente efectiva.

Momentos:

- **Evaluación inicial o de diagnóstico.**
Para obtener información sobre los conocimientos previos, aptitudes, características especiales, actitud, etc.
- **Evaluación continua y formativa.**
Para obtener datos acerca de logros en el proceso de enseñanza- aprendizaje.
- **Evaluación final (sumativa).**
Al final de cada trimestre, para obtener un juicio global sobre la superación o no de los contenidos, especialmente para aquellos alumnos que debido a las faltas de asistencia han perdido el derecho a la evaluación continua, y deben realizar examen.

3.2. CRITERIOS DE EVALUACIÓN.

1. **Conocer y reconocer el vocabulario de la danza contemporánea propio de este curso, entendiendo su relación con los principios de la Danza Contemporánea y su aplicación técnica.**
Este criterio de evaluación pretende comprobar que el alumnado ha aprendido el nombre de todos los pasos, su realización, su característica y su significado técnico en la danza.
2. **Realizar la clase de Danza Contemporánea de este nivel, participando activamente en ella, entendiendo y respetando sus características en diferenciación con otras técnicas.**
Con este criterio se pretende comprobar la implicación del alumnado en el desarrollo de la clase de danza contemporánea, valorando la atención del alumno en las explicaciones diarias de la clase y la actitud hacia sus compañeros, el profesor y la propia materia.
3. **Realizar correctamente la coordinación y la disociación del torso, tronco, brazos, cabeza y piernas en las diferentes secuencias de movimientos propios de este nivel, marcados por el profesor/a.**
Con este criterio se pretende verificar la capacidad cognoscitiva y psico-motriz del alumno.
4. **Realizar las variaciones de “suelo” que el profesor considere adecuados, con el acompañamiento musical propio de este nivel.**
Con este criterio se trata de evaluar el nivel de desarrollo del movimiento y técnica en el suelo, como elemento esencial de la Danza Contemporánea, valorando especialmente: el trabajo del peso del cuerpo a tierra y la utilización de la respiración en el movimiento.
5. **Realizar en el “centro” diferentes variaciones sin desplazamiento que el profesor/a considere adecuados, donde se incluyan los pasos que caracterizan las variaciones propias de este nivel.**

Con este criterio se trata de evaluar las capacidades vinculadas con el trabajo de pie sin desplazamiento, valorando especialmente: la alineación y control del eje corporal, el trabajo del peso y la suspensión y la extensión de piernas con elevación a no menos de 90º en posición paralela y en deors., la diferenciación tronco-torso, deors-paralelo, con ejercicios propios de este nivel.

6. Realizar en el centro una variación con desplazamiento, que el profesor considere adecuado, incluyendo bajadas al suelo, caídas y rodadas propias de este nivel.

Con este criterio se trata de evaluar el dominio a la hora de entrar o salir del suelo, y cambiar de nivel espacial, utilizando los puntos de apoyo, la energía y la coordinación adecuada a este nivel.

7. Realizar variaciones que incluyan giros y saltos en desplazamiento, de forma aislada/combinada.

Con este criterio se trata de evaluar el nivel de aprendizaje de cada alumno/a en relación con el contenido indicado, teniendo en cuenta la correcta utilización del impulso, el motor del movimiento, la ejecución correcta de los giros sobre planta y media punta, el peso, el espacio y la sincronización de los distintos segmentos corporales que se utilizan en el giro y en el salto.

8. Interpretar una pequeña variación marcada por el profesor/a. Con este criterio se pretende comprobar:

- Que el alumnado ha aplicado correctamente los elementos básicos de la materia para obtener una buena calidad de movimiento y trabajo de la energía, tiempo y espacio dentro del nivel de iniciación a la Danza Contemporánea
- La sensibilidad artística del alumnado, la capacidad interpretativa, la memorización, la musicalidad y la utilización correcta del espacio parcial y total.

9. Realizar un ejercicio de improvisación a través de pautas dadas por el profesor/a.

Con este criterio se trata de verificar la capacidad creativa y expresiva del alumno, su capacidad de comunicación, musicalidad y sensibilidad.

3.2. CRITERIOS DE CALIFICACIÓN.

Para calificar al alumnado aplicaremos los siguientes porcentajes a los distintos criterios de evaluación. Se calificará de 0 a 10 cada uno de ellos y se aplicará el porcentaje, que nos dará el peso final del criterio sobre el total.

- **Criterio 1: 10% (hasta 1 punto)**
- **Criterio 2: 10%, (hasta 1 punto)**
- **Criterio 3: 10%, (hasta 1 punto)**
- **Criterio 4: 10%, (hasta 1 punto)**
- **Criterio 5: 10%, (hasta 1 punto)**
- **Criterio 6: 10% (hasta 1 punto)**

- **Criterio 7: 10% (hasta 1 punto)**
- **Criterio 8: 15% (hasta 1,5 puntos)**
- **Criterio 9: 15% (hasta 1,5 puntos)**

3. 3. INSTRUMENTOS DE EVALUACIÓN.

- **INTRODUCCIÓN:** la evaluación se llevará a cabo mediante la Observación Directa de la ejecución de los contenidos y de pruebas tipo Test, sobre la asimilación de los contenidos y vocabulario técnico aprendido.
- **SISTEMA DE EVALUACIÓN:** se llevará a cabo un seguimiento del alumno y también del proceso de enseñanza – aprendizaje, mediante: evaluación inicial (fase de análisis y diagnóstico previo), evaluación procesual y formativa (fase de planteamiento y ejecución) y evaluación final (fase de evaluación y valoración global) mediante la ejecución de las clases prácticas de técnica.

Para el desarrollo de esta evaluación se han seleccionado los instrumentos siguientes:

- Examen práctico: diario, trimestral y final.
- Pruebas escritas: test.
- Observación directa: fichas de observación /diario del profesor...

3.4. CRITERIOS DE PROMOCIÓN.

Para poder promocionar el alumno/a deberá:

- Superar la asignatura de Danza Clásica.
- No obtener calificación negativa en más de 2 asignaturas.

En caso de no superar la asignatura de Danza Contemporánea en la convocatoria ordinaria de junio, tendrá la opción de superarla en la convocatoria extraordinaria de septiembre. De no ser así, la podrá recuperar durante el curso siguiente, dentro de su clase de Danza Contemporánea.