

## 5º ENSEÑANZAS PROFESIONALES

### ASIGNATURA: DANZA CONTEMPORÁNEA

#### 1. OBJETIVOS.

1. Aplicar el conocimiento adquirido hasta el momento sobre el calentamiento muscular y articular del cuerpo.
2. Introducir al alumno en la complejidad técnica de su nivel y la técnica de Graham.
3. Desarrollar la capacidad de aplicar y relacionar la técnica Graham con las otras técnicas de la especialidad de Danza Clásica.
4. Identificar y consolidar los contenidos esenciales de las técnicas de Danza Contemporánea estudiadas en este curso, y hacer consciente al alumnado de su importancia en el desarrollo técnico y artístico del bailarín/a.
5. Desarrollar y controlar el trabajo de coordinación y disociación entre las distintas partes del cuerpo.
6. Aplicar la técnica de la DANZA como medio de expresión y comunicación y no como un fin en sí mismo.
7. Desarrollar la ESCUCHA corporal y rítmica del propio cuerpo y del músico acompañante.

#### 2. CONTENIDOS.

1. Contenidos del año anterior
2. Fundamentos y terminología de la técnica Graham.
3. Relación "Conexión Pelvis-Cabeza".
4. Acompañamiento musical aplicado al movimiento.
5. Entrenamiento progresivo y permanente de la memorización.
6. Características propias de la Danza Contemporánea en diferenciación con otras técnicas.
7. Aplicación de los conocimientos de la Danza Contemporánea a la técnica de la Danza Clásica buscando un punto en común entre ambas.
8. Entrenamiento de:

#### TÉCNICA SIN DESPLAZAMIENTO:

##### SUELO:

- Tilt desde posc. Feet together combinado con contracción y développés con flexión - extensión de pies.
- Tilt desde 1º y 2º posc. con elevación de piernas y flexión – extensión de pierna.
- Tilt desde 3º posc. (una pierna a la 2º posc. y la otra a posc. feet together), combinado con curvas hacia delante.

- Desde posición "X" de cúbito supino (boca arriba) balanceos de piernas con recuperaciones a: 4º posc., sentada sobre los 2 talones y sobre un talón con el otro pie apoyado en el suelo. También se irá a pirámide y vertical por redondo y volviendo al suelo a posición inicial.
- Se trabajarán Pich, Tild y Arch en posición "feet together", piernas estiradas en paralelo delante, segunda y tercera posición; curvas de torso delante y lateral, comenzando el movimiento por la cabeza y en torsión.
- Contracción en "feet together", piernas estiradas en paralelo delante y en segunda posición combinada con rebotes y release e introducción a las grandes espirales.
- Desde 4º posc. trabajar espirales segmentadas a partir de la pelvis con développés derrière y développés devant.
- Iniciación al trabajo sobre rodillas.
- Iniciación al hinge desde diferentes niveles del cuerpo.
- Sentadas sobre los isquiones con una pierna flexionada al pecho y la otra pierna estirada adelante en paralelo: con punto de apoyo el brazo de la misma pierna estirada, cambio de la pierna con un pequeño salto y desplazamiento lateral.
- Rodada hacia atrás en posición fetal terminando decúbito perfil y con piernas estiradas hacia arriba perpendiculares al suelo (vela).

## CAÍDAS

- Caída desde nivel alto hacia delante con posición. Inicial: de pie en la vertical pies paralelos, comenzando el movimiento por la cabeza. Vuelve a la posición. Inicial siguiendo el trayecto inverso.
- Bajada de nivel alto a medio por hinge apoyando una mano en el suelo (caída en 7).
- Caída lateral comenzando por cabeza a posición horizontal perfil al suelo.
- Caída hacia atrás comenzando por plexo solar al techo: cuclillas conexión pelvis cabeza y desliza hacia el suelo y recupera a la vertical por la cabeza.
- Caídas desde nivel medio y alto al suelo por relajación articular y recuperación combinadas con diferentes terminaciones.
- Caída de nivel alto a bajo desde pies juntos paralelos hacia delante: cae en plancha con las piernas en 3º posc. en paralelo y manos al suelo.
- Iniciación a la caída de abanico.
- Iniciación de caída a la 4º al suelo desde posición vertical.
- Flexiones de brazo y abdominales.
- Caídas al suelo tomando carrera cayendo con apoyo de los brazos.

## DE PIE:

- En paralelo y en dehors: 1º posición, 2º posición y 4º posición con cambios de eje en posición vertical:
- Iniciación a bird (onda de los brazos).

- Oscilaciones: repaso del año anterior.
- Iniciación al trabajo de 8 de brazos (en paralelo) y piernas.
- Tilt (tronco en línea con la pierna en movimiento diagonal adelante): en battement degagé en el lugar. En paralelo y en dehors. Con promenade en dehors y en dedans en l'air.
- Pich (de pie en diagonal adelante) por:
  - Pas de bourré (principio de equilibrio – desequilibrio)
  - En dehors y en paralelo en battement b. tendu o battement jeté con demi-plié o estirado en la pierna soporte.
  - En promenade y planeo en dedans.
- Principio de Hinge: (tronco en línea a la diagonal hacia atrás) en paralelo y en dehors battement b. tendu y battement jeté combinado con curvas.
- Grand pliés con arch en 1º y 2º posición con curva delante y lateral, combinado con tronco paralelo al suelo (flatback) trabajando el cambio de posición por el centro del cuerpo (juego pélvico) y desde gran plié en 1º y 2º posición con cambio de foco al paralelo.
- Balanceos de torso: con pies juntos en paralelo, 1º posición y 2º posición: circunducción de torso (lateral-delante-lateral atrás) y volviendo a la vertical con diferentes combinaciones de brazos y principios de ochos con brazos en paralelo o completando la circunducción por arch). Sin desplazamiento.
- Piqué a la 4º delante y detrás y 2º posc. Cayendo a coupé fondeau con curvas.
- 1 Giro (sobre 1/2 punta por tracción y saliendo del demi plié) en pies juntos paralelos, 1º posición, 2ª posición, 4º paralela y 2º paralela: en dehors y en dedans y en retiré.
- Planeos a tierra con pierna estirada a la second en tilt en dedans y derriére en pinch en dedans.
- Bajada desde posición vertical pies paralelos cae al lateral al suelo apoyándose en el canto de la mano estirando el cuerpo a plano horizontal sobre su perfil y recoge a posc. Vertical de pie.

### **ELEVACIÓN DE PIERNAS EN EL LUGAR**

- Contracción con attitude devant.
- Battement cloche o swing en 1º posición delante, detrás y de lado, combinando con demi rond de jambe en dehors hasta segunda en attitude con diferentes combinaciones de brazos. Con cambios de frente por medios giros. Combinado con caídas al suelo y rodadas.
- Promenade (1/2 giro) en dedans y en dehors desde 1º posición: pich, tilt en attitude (45º) con demi plié en la pierna soporte.
- Principio de planeo en dedans (1/2 giro) en flatback con tronco y pierna en paralelo al suelo.
- Grand battement desde 1º posición sin y con tombé y torso en cruz, con

diferentes combinaciones de brazos. Con 1/2 giro en dehors y en dedans con gesto de la pierna que está en el aire.

- Elevación de pierna en cruz combinado con curva delante y al lado al entrar al battement fondu.

### **TÉCNICA CON DESPLAZAMIENTO**

- Dominación del espacio total y parcial en distintas direcciones: se aplicarán todos los contenidos desarrollados en posición de pie sin desplazamiento.
- Paso de caballo (step horse).
- Triplets en paralelo y en dehors combinados con giros y trabajo de espirales (torso).
- Chassé: lateral-atrás, lateral-adelante con diferentes combinaciones de brazos y torso.
- Diagonal de grand battement (estirado y attitude) delante, costado, atrás, con cambios de frente y giros en espiral sobre planta, relevé, por tracción y por piqué.
- Tilts por piqué con gesto de la otra pierna y redondos adelante. - Decalé en giro (desequilibrio lateral por la cadera) yendo al passé (lápiz) y con pequeño salto y por rond de jambe en dedans de la pierna del aire.
- Corridas con centro a tierra combinadas con diferentes figuras espaciales y saltos.
- Triples combinados con giros y trabajo de torso.

### **SALTOS:**

- Sobre dos pies: posición en paralela, 1º, 2º y 4º. Con curva alta de torso lateral, delante y arch.
  - Sobre un pie: con gesto de la otra pierna: en grand battement, en attitude, en passé, combinados con espiral (torsión), dehors y en paralelo. Incluir pequeñas curvas delante, lateral y arch y caídas simples al suelo.
  - Diagonal de paso– jeté en paralelo y en dehors, acentuando la elevación y el desplazamiento, combinado con espirales (torsión).
  - Diagonal de grand jeté por grand battement y por développé. - Saltos en espiral con pierna atrás en dehors entrando en espiral al suelo.
- **Improvisación a través de pautas dadas por el profesor/a:**
- Trabajo de la capacidad creativa y expresiva del alumno/a
  - Desarrollo de la capacidad de comunicación, musicalidad y sensibilidad

**OBSERVACIONES:** Todos los contenidos del programa se trabajarán desarrollando los siguientes ítems:

- Tiempos musicales: 2/4, 4/4, 3/4 y 5/4.
- Energía: Desarrollo de las 8 acciones básicas de Rudolf Von Laban y sus combinaciones en las variaciones de la clase.

### 3. EVALUACIÓN.

El profesor/a tendrá que adaptar la evaluación a la realidad de las circunstancias cambiantes de este curso.

#### 3.1. 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 y criterios siguientes:

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

#### 3.2. CRITERIOS DE EVALUACIÓN.

- a) 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.
- b) 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.
- c) 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 psicomotriz del alumno.

- d) Realizar variaciones de “suelo” que el profesor considere adecuadas, 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.
- e) 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, la diferenciación tronco-torso, de-hors-paralelo, con ejercicios propios de este nivel.
- f) Realizar en el centro variaciones 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.
- g) Realizar variaciones con 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, el peso, el espacio y la sincronización de los distintos segmentos corporales que se utilizan en el giro y en el salto.
- h) 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 de este nivel de la Danza Contemporánea.
  - La sensibilidad artística del alumnado, la capacidad interpretativa, la memorización, la musicalidad y la utilización correcta del espacio parcial y total.
- i) Realizar un trabajo 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.

### **3.3. CRITERIOS DE CALIFICACIÓN.**

Para superar la asignatura de Danza Contemporánea debe obtenerse una calificación mínima de 5 puntos, resultante de la aplicación de los siguientes porcentajes:

- 50% de Técnica: asimilación de los contenidos
- 30% de Interpretación
- 20% de Creatividad.

Es necesario superar al menos la mitad del porcentaje de los aspectos técnicos, para poder sumar el porcentaje de los otros dos apartados.

### **3.4. CRITERIOS DE PROMOCIÓN.**

Para poder promocionar, el alumnado debe haber asimilado los siguientes elementos:

- a) La memorización de las variaciones.
- b) La correcta colocación del cuerpo (alineación de hombros sobre pelvis). La correcta colocación y ejecución que involucren el concepto Pelvis Cabeza y contracción.
- c) La coordinación entre las distintas partes del cuerpo.
- d) La diferenciación y realización correcta entre el paralelo y el trabajo en dehors.
- e) La utilización correcta del trabajo de la energía en las diferentes variaciones que involucren impulsos y cambios de inercia.
- f) La correcta y/o adecuada elevación de piernas en las diferentes direcciones, MIN. 90°.
- g) La utilización correcta del trabajo de respiración con respecto al movimiento.
- h) La ejecución correcta de las transiciones en las variaciones y/o coreografías aprendidas.
- i) La utilización correcta del espacio restringido y total.