

6º ENSEÑANZAS PROFESIONALES

ASIGNATURA: DANZA CONTEMPORÁNEA

1. OBJETIVOS.

1. Identificar las características de la técnica Limón, las diferencias y similitudes respecto al trabajo de técnica Graham.
2. Identificar las características de la técnica Limón, las diferencias y similitudes respecto al trabajo de técnica Graham.
3. 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
4. Realizar individualmente el calentamiento articular y muscular.
5. Desarrollar la flexibilidad de la columna.
6. Desarrollar el sentido del peso al servicio de la amplitud del movimiento (caída y recuperaciones).
7. Interpretar las variaciones desarrolladas en la clase.
8. Realizar las diferentes variaciones y/o movimientos en diferentes tiempos, compases y en silencio.
9. Realizar correctamente y dar importancia a las transiciones entre los movimientos. Asimilar los conceptos de caída y recuperación.
10. Utilizar la danza como medio expresivo y de comunicación.
11. Utilizar la Técnica de la Danza como un medio y no como un fin en sí mismo.

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:

- Desde 4º posc. trabajar espirales segmentadas a partir de la pelvis con développés derrière y développés devant.
- Desde 4ª posición pasan las dos piernas al lateral quedando el cuerpo en línea sobre una de las caderas de costado al suelo (por impulso de una de la pierna de atrás). Se trabajará el cambio de posición a la 4ª del otro lado pasando con las piernas en paralelo por delante.

- Tilt en 4ª posición con développés devant y derrière.
- Tilt desde posición feet together, 4ª posición combinada con tronco al suelo recuperando por curva o contracción a la vertical.
- Contracción en “feet together”, piernas estiradas en paralelo delante y en segunda posición combinada con rebotes y release y elevación de la pelvis (centro del cuerpo) con apoyo de una mano al suelo.
- Desde 3º posc. por impulso de la pelvis hacia arriba subimos encima de la rodilla vuelve a la posición inicial o pasa pelvis hacia delante al suelo.
- 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 y Arch en posición “feet together”, piernas estiradas en paralelo delante, segunda, tercera y cuarta posición; curvas de torso delante y lateral, comenzando el movimiento por la cabeza.
- Trabajo sobre rodillas: desde posición sentada sobre los talones subir a las rodillas por pelvis e impulso de brazos, se abre la mitad del cuerpo (cambio de foco) quedando una rodilla en el aire sin modificar la posición inicial de los pies y vuelve a posición inicial. Combinar con développés sobre una rodilla como pie pivot.
- Sentadas sobre las rodillas realizar ½ giro alternativamente sobre una de ellas.
- Sentadas sobre los isquiones con una pierna flexionada al pecho y la otra pierna estirada delante en paralelo: nos damos impulso para hacer ½ giro en el aire con punto de apoyo del brazo de la misma pierna estirada para caer sobre las rodillas. (principio de salto de jeté en el suelo).
- Rodada hacia atrás en posición fetal terminando con piernas estiradas hacia arriba perpendiculares al suelo (vela) y caer a pies paralelos al suelo con pelvis a la línea del torso o caer desde la posición fetal al suelo; y regresando en sentido contrario en ambas rodadas.
- Flexiones de brazos y abdominales.

DE PIE:

- En paralelo y en dehors: 1º, 2º y 4º posición con cambios de eje en posición vertical.
- Oscilaciones de pie en paralelo y en posición en dehors con consecuencia de elevación de piernas en diferentes direcciones.
- Trabajo de 8 de brazos en paralelo pasando el torso por arch.
- Trabajo de “Birds”.
- Ocho con elevación de piernas a 45 grados para el control de la pelvis (balanceos).
- 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.
- Hinge combinado con oposición del movimiento, “Pich”.
- Arch combinado con oposición de movimiento, curva.
- Pich (de pie en diagonal adelante) por:

- Pas de bourré (principio de equilibrio – desequilibrio) terminando en nivel medio al suelo (desequilibrio y caídas al suelo en diferentes posiciones).
- En dehors y en paralelo en battement b. tendu o battement jeté con demi-plié o estirado en la pierna soporte.
- En promenade, planeo y giro completo en dedans.
- Hinge: (tronco en línea a la diagonal hacia atrás) en paralelo battement b. tendu y battement jeté combinado con curvas.
- Grand pliés con arch en 1º, 2º y 4º posición con curva delante y lateral, combinado con tronco paralelo al suelo (flatback) terminando el grand plié en tercera posición de piernas (una pierna que da en grand plié y la otra estirada a la 2º posición con el pie al suelo) trabajando cambio de peso del cuerpo de posición por el centro del cuerpo (juego pélvico) y desde grand plié en 1º y 2º posición con cambio de foco al paralelo.
- Balanceos de torso: con pies juntos en paralelo y en dehors en 1º posición, 2º y 4º posición: circunducción de torso (lateral delante-lateral-atrás) y volviendo a la vertical con diferentes combinaciones de brazos y 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 fondu combinándolo curvas y arch.
- Giros dobles (sobre 1/2 punta por tracción y saliendo del demi-plié) desde pies juntos paralelos, 1º posición, 2ª posición, 4º paralela y 2º paralela: en dehors y en dedans y con retiré.
- Planeos a tierra con pierna estirada a la second en tilt en dedans y derriére en pinch en dedans.
- Desde posición vertical pies paralelos cae lateral al suelo deslizándose apoyándose en el canto de la mano estirando el cuerpo a plano horizontal sobre su perfil u otras posiciones y recoge a posc. Vertical de pie.

ELEVACIÓN DE PIERNAS EN EL LUGAR.

- Contracción con attitude atrás con pierna al aire.
- Desde posición paralela elevar pierna a la segunda por jeté, por développé o attitude combinado con torsiones. (Adagio).
- 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 y combinado con oposición del torso con caídas al suelo y rodadas.
- Promenade desde 1º posición: pich, tilt y hinche en attitude (45º) con plié en la pierna soporte.
- Planeo en dedans (1 giro) en flatback con tronco y pierna en paralelo al suelo.
- Grand battement desde 1º posición sin y con tombé y torso en cruz (curvas), 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 (en tempo de adagio) desenvolviendo la pierna al aire conjuntamente con el torso al eje vertical.
- Giros dobles sobre una pierna realizando un gesto con la otra pierna en el aire en dehors y en paralelo; combinado con contracciones en diferentes posiciones (en cruz).

CAÍDAS:

- Caída en abanico.
- Caídas al suelo tomando carrera cayendo con apoyo de los brazos.
- 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.
- Caída lateral comenzando por cabeza a posc. 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 posición en paralelo y manos al suelo.
- Bajada de nivel alto a medio por hinge apoyando una mano en el suelo (caída en 7).
- Iniciación de caída a la 4º al suelo desde posición vertical.

TÉCNICA CON DESPLAZAMIENTO:

- Dominación del espacio total y parcial en distintas direcciones: se aplicarán todos los contenidos desarrollados en posición de pie sin desplazamiento.
- Chassé: lateral-atrás, lateral-adelante con diferentes combinaciones de brazos, torso, balanceos con consecuencia de elevación de piernas.
- 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 combinado con caídas, recuperaciones.
- Tilts con y sin giros por piqué y por relevé con gesto de la otra pierna. - Arch y curvas por piqué y por relevé.
- Decalé en giro (desequilibrio lateral por cadera) yendo al cou de pied (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.

SALTOS:

- Sobre dos pies: posición en paralela, 1º, 2º y 4º posición en dehors y en paralelo. 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), 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 paso de grand jeté por grand battement y por développé, en paralelo y en dehors combinado con trabajos de torso y arch. - Saltos en espiral con pierna atrás en attitude y en segunda) en dehors entrando en espiral al suelo.
- Saltos sobre un pie con gesto de la otra pierna con torso en contracción.

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

- Tiempos musicales: 2/4, 4/4, $\frac{3}{4}$ 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, deors-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 ejecución de las variaciones dadas.
- c) La correcta diferenciación y ejecución que involucren el concepto de las diferentes técnicas de la Danza Contemporánea.
- d) La coordinación y disociación entre las distintas partes del cuerpo. - La diferenciación y realización correcta entre el paralelo y el trabajo en en dehors y la elevación de piernas.
- e) La utilización correcta del trabajo de la energía.
- f) La elevación de las piernas mínimo 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 personal, parcial y total.