

Curso 2020-2021

Dirección General de Universidades
y Enseñanzas Artísticas Superiores
VICEPRESIDENCIA,
CONSEJERÍA DE EDUCACIÓN
Y UNIVERSIDADES

Instituto Superior de Danza "Alicia Alonso"



TÉCNICAS CORPORALES II

Titulación

**GRADO EN ENSEÑANZAS ARTÍSTICAS
SUPERIORES DE DANZA**

Coreografía e Interpretación

ITINERARIO: Interpretación

FECHA DE ACTUALIZACIÓN: JULIO 2023

TITULACIÓN: GRADO EN ENSEÑANZAS ARTÍSTICAS SUPERIORES DE DANZA
Pedagogía de la Danza
ASIGNATURA: Técnicas Corporales II

1. IDENTIFICADORES DE LA ASIGNATURA

Tipo	Obligatoria
Carácter	Teórico/Práctica
Especialidad/itinerario/estilo/instrumento	Coreografía e Interpretación / Interpretación
Materia	Ciencias de la Salud Aplicadas a la Danza
Periodo de impartición	4º - Semestral
Número de créditos	2
Departamento	Teóricas
Prelación/ requisitos previos	Tener Superada Técnicas Corporales I
Idioma/s en los que se imparte	

2. PROFESOR RESPONSABLE DE LA ASIGNATURA

Apellidos y nombre	Correo electrónico
Instituto Superior de Danza "Alicia Alonso"	Instituto.danza@hotmail.com

3. RELACIÓN DE PROFESORES Y GRUPOS A LOS QUE IMPARTEN DOCENCIA

Apellidos y nombre	Correo electrónico	Grupos

4. COMPETENCIAS (Según Real Decreto)

Competencias transversales
Tener un conocimiento amplio de las técnicas y los lenguajes de la danza, del movimiento y de las disciplinas corporales, así como el repertorio desde el punto de vista técnico, estilístico e interpretativo
Conocer los principios básicos tanto teóricos como prácticos, del funcionamiento del cuerpo humano con el objeto de proporcionar una visión global e integradora del mismo.
Desarrollar la capacidad para entender las características específicas de cada individuo, aplicando todo ello en el desarrollo y ejercicio profesional
Competencias generales
Conocer la anatomía, fisiología y biomecánica del cuerpo humano, sus capacidades y limitaciones como vehículo de expresión artística, así como las patologías más frecuentes y su prevención para poder optimizar su interpretación y su labor creativa

Competencias específicas
Conocer distintas técnicas de relajación y técnicas corporales que mejoren la integración mente cuerpo y su proceso creativo e interpretativo
Mejorar el entendimiento del cuerpo, la conciencia corporal, para reducir las tensiones y alcanzar un equilibrio dinámico
Desarrollar el conocimiento y la conciencia corporal y despertar la percepción espacial y corporal a través del movimiento.

5. RESULTADOS DE APRENDIZAJE

Esta asignatura pretende que el alumno conozca las psicotecnologías mente-cuerpo que tiene a su disposición, conozca sus objetivos, características y utilidades, también sus posibles contraindicaciones, conozca cómo se desarrolla una sesión real de estas técnicas, mediante trabajo práctico en clase y visionado de videos técnicos, de manera que al final del curso conozca las aplicaciones y esté capacitado para elegir lo que más le conviene en un caso concreto, y distinga entre profesionales e intrusismo en un campo no bien regulado en nuestro país.

6. CONTENIDOS

Bloque temático (en su caso)	Tema/repertorio
I.- Introducción al concepto de cuerpo en occidente y oriente	Conceptos anatómicos y relación psicológica modelos occidentales. Anatomía y conceptos energéticos en la medicina tradicional china
II.- Teóricos y escuelas de trabajo corporal más relevantes	Reich, Lowen, Upledger,
III.- Respiración	El proceso respiratorio Control respiratorio Técnicas respiratorias para el rendimiento en danza Técnicas respiratorias de activación para la actuación Técnicas respiratorias recuperación El pranayama hindú
IV.- Técnicas psicocorporales de utilidad en danza y trabajo escénico I	Relajación progresiva de Jacobson Entrenamiento autógeno de Sulchitz Meditación en movimiento
V. Técnicas psicocorporales de utilidad en danza y trabajo escénico	Osteopatía sacro craneal Kinesiología Balance cero Shiatsu Sotai
VI. Técnicas psicocorporales de utilidad en danza y trabajo	Artes marciales internas TaiChi Chikung

escénico II	Yoga Rolfing Reeducación neuromuscular Bioenergética Feldenkrais Alexander Eutonia RPG Pilates
VII.-Técnicas psicocorporales de utilidad en danza y trabajo escénico III	Psicoballet como técnica psicocorporal y terapéutica
VIII.-Técnicas de alto rendimiento aplicadas al mundo escénico	Técnicas cognitivas útiles para el entrenamiento corporal en danza Técnicas de ensayo mental Visualización optimizada en artistas

7. PLANIFICACIÓN TEMPORAL DEL TRABAJO DEL ESTUDIANTE

Tipo de actividad	Total horas
Clases teóricas	18
Clases teórico-prácticas	18
Clases prácticas	10
Otras actividades formativas de carácter obligatorio (jornadas, seminarios, etc.)	
Realización de pruebas	2
Horas de estudio del estudiante	8
Preparación prácticas	
Preparación del estudiante para realización de pruebas	2
Total de horas de trabajo del estudiante	60

8. METODOLOGÍA (Breve descripción de la metodología a aplicar en cada una de las actividades)

Clases teóricas	Explicación de los contenidos
Clases teórico-prácticas	Adquisición de competencias comprendiendo la teoría
Clases prácticas	Aplicación de métodos
Otras actividades formativas de carácter obligatorio (jornadas, seminarios, etc.)	

9. CRITERIOS E INSTRUMENTOS DE EVALUACIÓN ASOCIADOS A LAS METODOLOGÍAS DOCENTES APLICADAS

9.1 INSTRUMENTOS DE EVALUACIÓN

Actividades teóricas	Conocimiento de las técnicas psicocorporales y su aplicación. Trabajo
Actividades teórico-prácticas	Contraindicaciones. Trabajo
Actividades prácticas	El cuerpo desde punto vista psicosocial. Trabajo
Otras actividades formativas de carácter obligatorio (jornadas, seminarios, etc.)	

9.2 CRITERIOS DE EVALUACIÓN

Actividades teóricas	Contenidos
Actividades teórico-prácticas	Contenidos
Actividades prácticas	Contenidos
Otras actividades formativas de carácter obligatorio (jornadas, seminarios, etc.)	

9.3 CRITERIOS DE EVALUACIÓN

9.3.1 Ponderación de los instrumentos de evaluación para la evaluación continua

Instrumentos	Ponderación
Trabajo 1. Conocimiento de las técnicas psicocorporales y su aplicación	40%
Trabajo 2. Contraindicaciones	30%
Trabajo 3. El cuerpo desde punto vista psicosocial	30%
Total	100%

9.3.2 Ponderación de instrumentos de evaluación para la evaluación con pérdida de evaluación continua

Instrumentos	Ponderación
Prácticas de control postural	30%
Prevención de lesiones y potenciación articulaciones de desgaste	30%
Técnicas mente cuerpo aplicadas actividad artística	40%
Total	100%

9.3.3 Ponderación de instrumentos de evaluación para la evaluación extraordinaria

Instrumentos	Ponderación
Casos prácticos	30%
Protocolos de Tratamiento	30%
Diseño sistema de prevención y autocuidado	40 %
Total	100%

9.3.4 Ponderación para la evaluación de estudiantes con discapacidad

Instrumentos	Ponderación
Trabajo 1. Conocimiento de las técnicas psicocorporales y su aplicación	40%
Trabajo 2. Contraindicaciones	30%
Trabajo 3. El cuerpo desde punto vista psicosocial	30%
Total	100%

11. RECURSOS Y MATERIALES DIDÁCTICOS¹

--

11.1. Bibliografía general

Título	Técnicas de relajación
Autor	CERNUDA, A.
Editorial	Integral 257, 2001, pp. 40-47

Título	Técnicas psicocorporales
Autor	CERNUDA, A.
Editorial	Integral 260, 2001, pp. 40-47

Título	Cuerpos sin tensiones en Integral
Autor	CERNUDA, A.
Editorial	Integral. 267. 2001, pp.42-51

¹ Se recomienda que el número total de referencias bibliográficas no exceda de veinte títulos.

11.2. Bibliografía complementaria

Título	Cuerpo-mente. De Lasser Press Mexicana
Autor	DICHTWALD, K. (1997)
Editorial	De Lasser Press Mexicana, México, D.F., 1

Título	El Grito Primal.
Autor	JANOV, A. (1975)
Editorial	Sudamérica, B.A.

Título	La experiencia somática.
Autor	KELEMAN, s. (1977)
Editorial	Colección Serendipity Maior de Desclée De Brouwer. Bilbao

Título	La Bioenergía
Autor	LAPASSADE, G. (1996)
Editorial	Gedisa, Barcelona

Título	Cien Flores para Reich.
Autor	DADOUN, R. (1978)
Editorial	Anagrama. Barcelona

Título	Narcisismo: Negación del Yo verdadero.
Autor	LOWEN, A. (1983)
Editorial	Pax. México

Título	El lenguaje del cuerpo.
Autor	LOWEN, A. (1995)
Editorial	Ed. Herder. Barcelona

Título	La Somatodinámica
Autor	NAVARRO, F. (1988)
Editorial	Publicaciones Orgón. Valencia

Título	Wilhelm Reich y la orgonomia.
Autor	RAKNES, O. (1995).
Editorial	Publicaciones Orgón. Valencia

Título	Análisis del Carácter
Autor	REICH, W. (1995)
Editorial	Ediciones Paidós Ibérica. Barcelona

Título	Rolfing: La integración de las estructuras del cuerpo humano.
Autor	ROLF, I.P. (1994)
Editorial	Ediciones Urano. Barcelona

Título	Biopsicoenergética: el ser humano como medida.
Autor	VINARDI, L. (1987)
Editorial	Barath. Madrid

11.3. Direcciones web de interés

Dirección 1	
Dirección 2	
Dirección 3	

11.4 Otros materiales y recursos didácticos
