

ESCUELA MUNICIPAL DE MUSICA Y DANZA DE MARBELLA**ENSEÑANZAS BÁSICAS DE DANZA****PRIMER CURSO DE SEGUNDO CICLO****ASIGNATURA: DANZA CONTEMPORÁNEA****OBJETIVOS**

1. Iniciarse, en términos generales, en una nueva forma de danza: la Danza Contemporánea.
2. Conocer la terminología básica de la danza contemporánea.
3. Desarrollar el hábito de realizar un calentamiento muscular y articular antes de comenzar cada clase.
4. Desarrollar la percepción propioceptiva.
5. Tomar conciencia de los diferentes planos y niveles del espacio.
6. Descubrir la importancia de la respiración.
7. Tomar consciencia del trabajo del Suelo como elemento básico de la danza contemporánea.
8. Descubrir la movilidad de la columna vertebral.
9. Iniciar el trabajo del paralelo.
10. Desarrollar sentido rítmico y sensibilidad musical en la ejecución de los movimientos.
11. Desarrollar la capacidad de memorizar secuencias simples de movimientos.
12. Desarrollar la creatividad.
13. Trabajar en grupo respetando a los compañeros.
14. Desarrollar una actitud de trabajo, constancia y disciplina propia de la danza.

CONTENIDOS

SUELO

Alineación y colocación del cuerpo en las distintas posiciones sentadas: 1º posición, 2º posición, paralelo y piernas cruzadas.

Alineación en posiciones tumbadas: decúbito supino, decúbito prono y cuadrupedia.

Respiraciones simples coordinadas con movimientos simples.

Trabajo de movilidad de la columna en cuadrupedia: redondo y arco.

Introducción al redondo e inclinaciones laterales en posiciones sentadas: 1º posición, piernas cruzadas y paralelo.

Trabajo de percepción de la alineación coxis-cabeza y talones-isquiones.

Transiciones de Estrella a posición fetal y pasada sobre rodillas.

Introducción al Swing.

Iniciación a la caída lateral desde la posición sentada sobre las rodillas.

Iniciación al Roll-Back por hombro hasta la recepción de las rodillas.

CENTRO

Trabajo articular de la columna: redondo hasta llegar abajo y recuperación.

Elongación delante o Flat-Back.

Trabajos específicos de brazos: volúmenes, direcciones, cualidades de la mano y trabajo de peso.

Demi-plié en paralelo y posiciones dehors coordinado con brazos simples y brazos balanceados.

Grand-plié coordinado con brazos en 1º posición y 2º posición.

Trabajo del paralelo: Tendu, Dégagé y apoyo a la 4º posición.

Medio giro en paralelo.

Variaciones de movimientos que favorezcan la expresión de diferentes cualidades, dinámicas, ritmos y uso del espacio.

DESPLAZAMIENTOS

Caminadas simples en paralelo cambiando foco y direcciones y caminadas dehors.

Triplets en paralelo cambiando foco y dirección.

Saltos simples en paralelo, 1º y 2º posición con y sin desplazamiento.

IMPROVISACIÓN

Iniciación del trabajo para el descubrimiento y desarrollo de las propias capacidades expresivas.

Trabajo de Improvisación a partir de una pauta dada por el profesor-a.

CRITERIOS DE EVALUACIÓN

1. Preguntar verbalmente distintos tipos de ejercicios de este nivel, y que el/la alumno/a lo realice para comprobar si el/la alumno/a conoce y reconoce el nombre de los pasos aprendidos de danza Contemporánea, entendiendo el vocabulario y su significado técnico.
2. Realizar en la barra ejercicios que incluyan los contenidos de este nivel para comprobar si el/la alumno/a:
 - Ha progresado en el control de la colocación del cuerpo.
 - Ha progresado en la coordinación de los movimientos utilizando adecuadamente la respiración y el tiempo musical.
3. Realizar en el centro ejercicios que incluyan los contenidos de Adagio de este nivel para comprobar si el/la alumno/a ha adquirido:
 - La colocación del cuerpo.
 - El mantenimiento del en dehors.
 - El equilibrio en posiciones en el aire y de las direcciones en el espacio.
 - La coordinación en los movimientos de brazos, piernas y cabeza.
4. Realizar en el centro ejercicios que incluyan los contenidos de pirouettes y tours de este nivel para comprobar si el/la alumno/a ha adquirido:
 - La colocación del cuerpo.
 - La coordinación de brazos, piernas y cabeza en el trabajo del giro.
 - El sentido del equilibrio y control del eje sobre una y dos piernas.

5. Realizar en el centro ejercicios que incluyan los contenidos de Petit Allegro y Grand Allegro de este nivel para comprobar si el/la alumno/a ha adquirido:

- El trabajo del plié para el empuje del salto, estiramiento de piernas y pies y caída con sujeción del torso.

6. Realizar una variación a tiempo de vals para comprobar si el/la alumno/a ha adquirido:

- El sentido del espacio.
- La expresión artística, la interpretación y la sensibilidad musical propia de este nivel.

7. Realizar un ejercicio a primera vista marcada por el/la profesor/a, en el momento para comprobar si el/la alumno/a ha progresado en el desarrollo de su memoria motriz.

8. Realizar ejercicios o variaciones en el Suelo marcados por el profesor- a en la que se incluirán los contenidos trabajados durante el curso. Estos ejercicios nos permitirán de comprobar y evaluar la correcta ejecución de los movimientos y la progresión del alumno-a. Se evaluará lo siguiente:

- Colocación y alineación de las distintas posiciones trabajadas durante el curso.
- Claridad de las transiciones y direcciones de los movimientos realizados.
- Utilización adecuada la respiración.
- Claridad de los distintos movimientos de movilidad de la columna vertebral.
- Coordinación de los distintos movimientos.
- Memorización de las secuencias.
- Musicalidad y ritmo.
- Uso correcto del espacio en sus diferentes niveles y frentes.

9. Realizar ejercicios o variaciones en el Centro marcados por el profesor- a en la que se incluirán los contenidos trabajados durante el curso. Estos ejercicios nos permitirán de comprobar y evaluar la correcta ejecución de los movimientos y la progresión del alumno-a.

Se evaluarán lo siguiente:

- Colocación y alineación del cuerpo en las distintas posiciones.
- Trabajo adecuado de la movilidad del tronco en sus diferentes direcciones.
- Volúmenes y direcciones de los brazos y las manos.
- Colocación y alineación del paralelo, así como de las posiciones de hors.
- Corrección en el trabajo específico de las piernas.
- Coordinación de los distintos movimientos marcados.
- Volúmenes, direcciones y cualidad de los movimientos.
- Trabajo adecuado de los saltos simples.
- Trabajo adecuado de los giros simples.
- Memorización de las secuencias.
- Musicalidad y ritmo.
- Trabajo de las distintas caminadas y desplazamientos.
- Uso correcto del espacio en sus diferentes niveles y frentes.
- Capacidad expresiva.

10. Realizar un ejercicio de improvisación a partir de una pauta dada por el profesor y componer una pieza a partir de la improvisación realizada. Esto permite comprobar el desarrollo creativo del alumno, la capacidad de abstracción, la expresión artística, la capacidad de composición, y la sensibilidad musical y la relación espacial del alumno. Se evaluarán los siguientes conceptos:

- Comprensión del alumno de las directrices dadas por el profesor.
- Capacidad para desinhibirse y explorar el propio movimiento.
- Capacidad creativa.
- Uso correcto del espacio.

11. Mostrar una actitud de respeto, atención, esfuerzo y buen comportamiento en el aula.

CRITERIOS DE PROMOCIÓN

1. Conocer y reconocer el vocabulario y los contenidos de este nivel.
2. Reconocer la colocación del cuerpo adecuada, propia de este nivel.
3. Realizar los distintos contenidos del curso empleando el tiempo musical y la coordinación de brazos, piernas y cabeza.
4. Conseguir un correcto deslizamiento del pie por el suelo y trabajo de piernas de base.
5. Realizar un correcto desarrollo en la elevación de piernas.
6. Mantener el control y la sujeción del cuerpo en la preparación de las pirouettes.
7. Utilizar el demi-plié para el empuje y caída del salto manteniendo la alineación y estiramiento de piernas y pies y la sujeción del torso.
8. Utilizar adecuadamente el giro de cabeza para las pirouettes y diagonales, así como un correcto traslado del eje del cuerpo sobre una y dos piernas.
9. Uso adecuado de la respiración en los ejercicios propuestos.
10. Uso adecuado del paralelo y de las posiciones dehors.
11. Uso adecuado de los movimientos simples del tronco.
12. Memorización de las secuencias de movimiento.
13. Uso adecuado del tiempo musical.
14. Uso apropiado del espacio.
15. Improvisar movimientos o gestos a partir de una propuesta simple dada por el profesor.

CRITERIOS DE CALIFICACIÓN

1. Conceptos: 5%
2. Procedimientos: 65%
3. Expresión artística: 10%
4. Actitudes: 20%