

Conservatorio Profesional de Danza

“Maribel Gallardo”

CÁDIZ

DEPARTAMENTO DE DANZA CLÁSICA

ASIGNATURA: *DANZA CONTEMPORÁNEA*

1ºCURSO

ÍNDICE



1.OBJETIVOS ESPECÍFICOS

2.CONTENIDOS

2.1 CONCEPTUALES

2.2 PROCEDIMENTALES

2.3 ACTITUDINALES

2.4 ESPECÍFICOS

3.EVALUACION

3.1 CRITERIOS DE EVALUACIÓN

3.2 INSTRUMENTOS EVALUACIÓN

3.3PORCENTAJES DE EVALUACION

3.4 CRITERIOS DE PROMOCIÓN



ENSEÑANZAS PROFESIONALES DE DANZA CLÁSICA

ASIGNATURA: DANZA CONTEMPORÁNEA

CURSO: 1º EPDCL

1. OBJETIVOS ESPECÍFICOS

- a) Iniciación en términos generales en danza contemporánea (historia, videos, espectáculos...)
- b) Descubrir los orígenes y principios de la Técnica de Martha Graham, José Limon y Release.
- c) Conocer la terminología propia de este nivel.
- d) Tomar conciencia de los distintos niveles y planos del cuerpo en el espacio.
- e) Explorar y vivenciar la alineación dinámica del cuerpo como punto de partida al movimiento. Localización de la pelvis neutra.
- f) Conocer la importancia del centro como motor de movimiento en las técnicas de danza contemporánea. Fortalecimiento y tonificación de la musculatura implicada.
- g) Tomar contacto con el suelo como elemento básico de la danza contemporánea
- h) Descubrir y explorar los conceptos de peso y la suspensión.
- i) Iniciación al trabajo de la espiral en el torso.
- j) Descubrir los conceptos espacio, tiempo, energía y forma.
- k) Tomar conciencia de los espacios creados por uno mismo.
- l) Hacer uso del espacio en beneficio de la improvisación.
- m) Descubrir la importancia de la respiración como origen del movimiento
- n) Desarrollar las capacidades expresivas y creativas en el alumno.

2. CONTENIDOS

2.1 CONCEPTUALES

- a) Afianzamiento del vocabulario de pasos estudiados en el nivel anterior
- b) Conocimiento de la terminología correcta de los pasos de este nivel.



- c) Conocimiento del espacio, nomenclatura de las posiciones del cuerpo en el espacio y las direcciones de desplazamiento
- d) Orígenes y principios de la Técnica Graham, Limon yRelease.

2.2 PROCEDIMENTALES

- a) Perfeccionamiento de los contenidos adquiridos en los cursos anteriores, así como la comprensión de los ejercicios que componen una clase de este nivel.
- b) Afianzamiento de los contenidos específicos.

2.3 ACTITUDINALES

Los contenidos actitudinales deberán fomentar y desarrollar los siguientes aspectos:

- Normas de convivencia.
- Actitudes positivas ante los procesos de enseñanza aprendizaje.
- Integración y cooperación en grupo.
- Autoestima y compañerismo.
- La puntualidad.
- El aprovechamiento máximo de las clases.
- El esfuerzo personal, físico y mental.
- Capacidad de concentración.
- Disciplina en las clases y fuera de ellas.
- El respeto a los profesores y demás compañeros/as
- Capacidad de superación.
- Higiene y cuidado de su cuerpo.

2.4 ESPECÍFICOS

Trabajo de suelo

Técnica Graham:

- Alineación de la columna en posición sentada (hombros encima de caderas). Trabajo de fortalecimiento de espalda y zona abdominal.
- Introducción a la contracción-release. Movilidad de la pelvis.
- Ejercicio de bounces o rebotes en las tres posiciones: plantas juntas, en segunda



posición y con piernas estiradas delante coordinando la contracción con pie en flex y el release con pie en punta.

- Estiramientos regulares
- Respiraciones simples. Estudio del High-Release
- Iniciación a la espiral

Técnica Release:

- Localización articular y aislamientos de piernas, cabeza, pelvis y extremidades
- Trabajo del movimiento
- a partir del centro del cuerpo a partir de los extremos corporales
- Bolita-estrella
- Espirales
- Balanceos de piernas-swings. Introducción a la subida a cuarta
- Iniciación al desplazamiento en el suelo: control de impulsos, dirección, energía
- Pasada por isquiones
- Vueltas por un hombro.
- Traslado del propio peso a diferentes puntos de apoyo

Trabajo de centro.

Técnica Graham:

- Pliés con contracción High Release. En 1ª y 2ª posición.
- Battement tendu con Espiral de torso. Combinado con brazos.
- Cambio de peso del cuerpo por adelantamiento o retroceso del centro de gravedad en paralelo y de hors.
- Rond de jambe con Espirales
- Contracción y Release con piernas en segunda.
- Suspensión a relevé para iniciar caminada con gesto de pierna contraria: battement, rond de jambe y fondu.
- Elevación de la pierna estirada a la segunda con inclinación lateral de torso (Tilt) a pié plano.



- Penché con peso en manos como introducción a la vertical.

Técnica Limón (barra o centro):

- Con piernas en paralelo, primera, segunda y cuarta posición realizar plies, grand plies, tendú, jeté, retirés.
- Torso redondo delante, detrás y lateral.
- Ronds con torso
- Cambio de peso del cuerpo por adelantamiento, retroceso y desplazamiento lateral del centro de gravedad en paralelo y dehors.

Giros:

- Giros en paralelo con y sin torso.
- Triples girados con torso en espiral y gesto de brazos.

Saltos:

- Trotters
- Galops
- Jetés con gesto de pierna.
- Glissade y sissonnes en paralelo.

Desplazamientos:

- Caminada en paralelo y dehors con transiciones de medio giro y giro completo a pié plano y a relevé.
- Cambio de direcciones y velocidad en los desplazamientos.
- Rodada sentada envolviendo piernas.
- Recuperación desde suelo pasando por redondo.
- Combinación de triplets con caída a suelo con rodada sentada.

Improvisación:

- La línea como elemento estructurador de la forma; el carácter expresivo del movimiento. Diferentes formas de relación entre los puntos que forman las líneas y sus trayectorias. Cambios de dirección, oscilación y transformación a



curvas. Utilización de los volúmenes.

- Abecedario de movimiento. Escritura corporal.

Variaciones:

- Variaciones pequeñas que contengan elementos previstos para el curso.
- Uso del espacio,
- Musicalidad, dinámicas, expresión y coordinación con el movimiento de los compañeros.

3. EVALUACIÓN

3.1. CRITERIOS DE EVALUACIÓN

- a) Realizar en el suelo ejercicios que incluyan los contenidos de este nivel para comprobar si la alumna ha adquirido la técnica de colocación con la coordinación de los distintos segmentos corporales en relación al suelo.
- b) Realizar en el centro ejercicios que incluyan los contenidos de este nivel referentes a movilidad de la espalda, la pelvis y la cabeza para comprobar si la alumna ha adquirido:
 - El desarrollo de la movilidad de la columna vertebral, en el sitio y en los desplazamientos.
 - El sentido del movimiento en relación con la intención expresiva.
- c) Realizar en el centro ejercicios que incluyan los contenidos de este nivel referentes a la amplitud y movilidad en el trabajo de las piernas y brazos para comprobar si la alumna ha adquirido:
 - El desarrollo del movimiento de la articulación coxo-femoral.
 - El sentido continuo del movimiento de los brazos en relación al torso.
- d) Realizar en el centro ejercicios que contengan los contenidos de este nivel referentes a los giros y saltos para comprobar si la alumna ha adquirido:
 - El desarrollo del uso del torso sincronizado con los giros.



- La coordinación del impulso, el vuelo y la recepción de los saltos en las diferentes mecánicas.
 - El desarrollo del uso del torso en combinación con los saltos
- e) Realizar en el centro ejercicios que contengan los contenidos de este nivel referentes a las calidades de movimiento para comprobar si la alumna ha adquirido legibilidad de movimiento y conciencia de los puntos de partida del movimiento.
- f) Realizar en el centro ejercicios que contengan los contenidos de este nivel referentes a las nociones de tiempo, música y silencio para comprobar si la alumna ha adquirido:
- La adecuada relación con el soporte sonoro.
 - La habilidad de tomarse el tiempo necesario para expresarse en y con el movimiento.
- g) Realizar en el centro ejercicios que contengan los contenidos de este nivel referentes al espacio para comprobar si la alumna ha adquirido:
- La adecuación en la realización de los cambios de dirección y de orientación del movimiento.
- h) Realizar en el centro ejercicios que contengan los contenidos de este nivel referentes a la improvisación y la composición para comprobar si la alumna ha adquirido:
- Una cierta creatividad a la hora de inventar movimientos propios.
 - El hábito a la hora de explorar, diversificar y combinar un lenguaje personal o predeterminado.
- i) Realizar individualmente y en grupo una variación que contenga los contenidos más destacables de este nivel para ver si la alumna ha adquirido:
- La corrección que la interpretación requiere de una forma autónoma.
 - La capacidad de respetar los elementos fundamentales de la danza, tiempo-espacio- energía- forma, con naturalidad.



3.2 INSTRUMENTOS DE EVALUACIÓN

- Ficha de observación y seguimiento del alumnado
- Grabación en video
- Prueba práctica
- Muestras coreográficas o clases abiertas ante el público.

3.3. PORCENTAJES DE EVALUACIÓN

Conceptuales.....	15%
Procedimentales.....	80% (60% Técnica y 20% artístico)
Actitudinales.....	5%

3.4 CRITERIOS DE PROMOCIÓN

- a) Haber tomado conciencia de la colocación correcta del cuerpo en relación a la alineación necesaria en cada caso.
- b) Haber reforzado la coordinación de las diferentes partes del cuerpo en cada secuencia.
- c) Haber tomado conciencia de la correcta ejecución en las transiciones durante las variaciones propuestas
- d) Haber memorizado las secuencias de movimiento.
- e) Haber ejecutado con corrección las transiciones entre paralelo y de hors.
- f) Haber sido capaz de mantener el de hors natural a lo largo de las secuencias.
- g) Haber desarrollado el uso de la respiración como base del movimiento.
- h) Haber aplicado diferentes cualidades, velocidades y dinámicas al movimiento.
- i) Haber conseguido mantener el tempo musical de cada tema.
- j) Haber respetado el espacio propio y el del compañero.
- k) Haber adecuado los impulsos y la energía a cada movimiento.
- l) Haber conseguido improvisar espontáneamente siguiendo pautas predeterminadas.
- m) Haber sido capaz de componer una secuencia coreográfica propia