

PLA DOCENT: **Títol Superior en Art Dramàtic**
Especialitat: Interpretació
CURS: **Primer**
MATÈRIA: **Moviment**

DADES GENERALS

CODI	ESAD_0104		
NOM	TÈCNiques DE CONEIXEMENT CORPORAL		
TIPUS	OBLIGATÒRIA		
CURS I PERÍODE SEMESTRAL D'IMPARTICIÓ	PRIMER CURS – PRIMER SEMESTRE PRIMER CURS – SEGON SEMESTRE		
CRÈDITS ECTS I NOMBRE D'HORES	6 crèdits ECTS / 150 hores		
DESGLOSSAMENT	TOTAL		150 hores
	Treball presencial		100 hores
	Treball dirigit		25 hores
	Treball autònom		25 hores
PROFESSORAT	Consulteu a: eolia.cat/oferta-formativa/grau/interpretacio		
REQUISITS PREVIS DE MATRICULACIÓ I ORIENTACIONS	No hi ha requisits previs de matriculació.		

COMPETÈNCIES

MATÈRIA: MOVIMENT										
ASSIGNATURA	COMPETÈNCIES									
	T-03	T-06	T-07	T-13	T-15	G-01	G-03	G-05	E.I. 01	E.I. 02
Tècniques de coneixement corporal	X	X	X							
Entrenament corporal 1	X	X	X				X			
Entrenament corporal 2	X	X	X				X			
Entrenament corporal 3	X	X	X			X	X	X		
Entrenament corporal 4	X	X	X			X	X	X		
Teatre físic	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X
Pràctica de creació lliure	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X

LLEGENDA COMPETÈNCIES:

T-03 Solucionar problemes i prendre decisions que responguin als objectius del treball que es realitza.

T-06 Realitzar autocrítica cap el propi exercici professional i interpersonal.

T-07 Utilitzar les habilitats comunicatives i la crítica constructiva en el treball en equip.

T-13 Cercar l'excel·lència i la qualitat en la seva activitat professional.

T-15 Treballar de forma autònoma i valorar la importància de la iniciativa i l'esperit emprenedor en l'exercici professional.

G-01 Fomentar l'autonomia i autoregulació en l'àmbit del coneixement, les emocions, les actituds i les conductes; mostrant independència en la recollida, anàlisi, i síntesi de la informació, en el desenvolupament de les idees i arguments d'una forma crítica i en la seva capacitat per a automotivar-se i organitzar-se en els processos creatius.

G-03 Potenciar la consciència crítica, aplicant una visió constructiva al treball de si mateix i dels altres, desenvolupant una ètica professional que estableixi una relació adequada entre els mitjans que utilitza i les finalitats que persegueix.

G-05 Fomentar l'expressió i creació personal, integrant els coneixements teòrics, tècnics i pràctics adquirits; mostrant sinceritat, responsabilitat i generositat en el procés creatiu; assumint el risc, tolerant el fracàs, i valorant de manera equilibrada l'èxit social.

E.I-01 Investigar els recursos tècnics, expressius i creatius necessaris per a la maduració constant de l'instrument de l'interpret i el desenvolupament holístic de les seves habilitats per a la interpretació escènica.

E.I-02 Dominar el procés de creació de personatges, conflictes, situacions i diferents realitats escèniques, mitjançant l'aplicació dels

propis registres interpretatius. I interaccionar amb els diferents llenguatges escènics de manera que de la fusió dels elements amb l'interpret n'esdevingui un tot comunicatiu coherent, significatiu i creatiu.

RESULTATS DE L'APRENENTATGE

MATÈRIA: MOVIMENT															
ASSIGNATURA	APRENENTATGE														
	A1	A2	A3	A4	A5	A6	A7	A8	A9	A10	A11	A12	A13	A14	A15
Tècniques de coneixement corporal	X	X	X	X	X		X		X	X			X	X	
Entrenament corporal 1	X	X	X	X	X		X		X	X	X	X	X	X	X
Entrenament corporal 2	X	X	X	X	X		X		X	X	X	X	X	X	X
Entrenament corporal 3	X		X	X		X	X	X			X	X		X	X
Entrenament corporal 4	X		X	X		X	X	X			X	X		X	X
Teatre físic	X		X			X		X				X		X	X
Pràctica de creació lliure	X		X			X		X				X		X	X

LLEGGENDA APRENENTATGES:

- A1. Integració de la consciència dels moviments i hàbits posturals, i domini de les eines que permeten la seva modificació. A2. Adquisició de consciència de l'esquelet. Millora de la mobilitat de les articulacions. A3. Capacitat d'experimentació del moviment a les diferents parts del cos. Vèncer les resistències al moviment. A4. Capacitat d'experimentació d'una respiració fluida i sense bloquejos. A5. Millora de la coordinació de moviments, la consciència del centre corporal i l'equilibri. A6. Capacitat d'experimentar fluïdesa, llibertat i harmonia en el moviment. A7. Millora de la flexibilitat muscular. A8. Coneixement i millora de les pròpies qualitats de moviment. Versatilitat i netedat del gest. A9. Despertar la necessitat del treball de cos i obrir-se al plaer del moviment. A10. Capacitat d'experimentar els principis tècnics bàsics del moviment. A11. Assolir la disponibilitat corporal des de l'economia d'esforç. A12. Potenciar l'expressivitat des del cos. A13. Desenvolupament de la disciplina i l'atenció. A14. Assumpció dels principis tècnics bàsics del moviment. A15. Desenvolupament de l'expressivitat i la capacitat d'improvisació.

BLOCS TEMÀTICS

1. Percepció del cos
2. Toma de consciència de la manera de caminar, moure
3. Percepció dels patrons d'actuació
4. Anatomia aplicada al moviment.
5. El repòs i el descans com base de l'observació
6. Percepció i comprensió de la mecànica respiratòria. Exploració dels diferents tipus.
7. Treball de l'eix, dels centres de gravetat i suports
8. Percepció de l'espai, orientació i direcció.
9. Elasticitat en relació a les direccions i la respiració.
10. Consciència articular.
11. Vocabulari bàsic: relació centre-extremitats, desplaçaments canvis de pes, girs, salts, espirals, rodades, balanceigs, evolució/involució de caminar...
12. Memòria corporal.
13. Seqüències que treballen la coordinació i lateralitat.
14. Qualitats de moviment segons Rudolf Laban.
15. Treball de creació d'esforços.

<p>ACTIVITATS D'APRENTATGE I ORGANITZACIÓ GENERAL DE L'ASSIGNATURA</p>	<p>L'assignatura es divideix en dos parts. Una part en la qual el treball és de consciència corporal i una segona part de treball de qualitats de moviment, en la que a més i hi haurà treball de creació així com duessessions individuals per alumne de Tècnica Alexander.</p> <p>Es realitza un treball de consciència a partir dels paràmetres de la Tècnica Alexander, l'Eutonia, les manipulacions i l'anàlisi psicofísic.</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Anàlisi d'estructura física i del moviment. 2. Manipulacions. 3. Exercicis de respiracions. 4. Pràctica del treball de qualitats de moviment. 5. Creació d'una peça a partir dels esforços de Rudolf Laban. 6. Lectura i ús de material bibliogràfic relacionant-los amb el procés personal. 7. L'alumne haurà de fer un diari personal en el qual cada dia anotarà la seva experiència i les seves conclusions. Que mostrarà al acabar la matèria. 8. Realització d'un treball escrit per semestre sobre com relaciona els conceptes treballats a classe, el seu diari i amb les lectures fetes. 	
<p>AVALUACIÓ ACREDITATIVA DELS APRENTATGES</p>	<p>S'avaluarà el procés d'aprenentatge en un 90% i un 10%, el treball escrit.</p> <p>La assistència és obligatòria i a partir de 4 faltes l'alumne serà NOAVALUAT.</p> <p>Pel caràcter eminentment pràctic de l'assignatura, no es contempla la convocatòria extraordinària</p>	
	<p>Avaluació contínua segons l'assistència, implicació i evolució en el procés d'aprenentatge.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Rendiment a les classes (procés) 30% - Nivell 40% - Actitud i assistència 20% 	<p>90%</p>
	<p>Treball escrit</p>	<p>10%</p>

**FONTS
D'INFORMACIÓ
BÀSICA**

- ALEXANDER, F. Matthias. *El uso de sí mismo*. Ed. Urano, Barcelona, 1985
- ALEXANDER, Gerda, *La Eutonía*. Paidós, Cuerpo y salud. Barcelona, 1998.
- ÀVILA, Raimon. *Moure i Conmoure*. Ed Institut del Teatre, Diputació de Barcelona, 2011.
- GELB, Michael. *El cuerpo recobrado*. Ed. Urano. Barcelona, 1987.
- BRAINBRIDGE COHEN, Bonnie. *Sensing, Feeling and Action. The Experimental Anatomy of Body-Mind Centering*. Contact Editions, 2012.
- Bonnie Gintis, DO., *Engaging the Movement of Life. Exploring health and Embodiment through osteopathy and continuum*. North Atlantic Books. Berkley, California. 2007.
- BROOKS, Charles V. W. *Consciencia sensorial*. La liebre de Marzo, Barcelona, 2006.
- BROOK, Peter. *El espacio vacío: Arte y técnica del teatro*. Ed. Península, 2012.
- BUSQUET, Leopold. *Las cadenas musculares*. (I, IV,V). Ed Paidotribo, 2007.
- CALAIS-GERMAIN, Blandine. *Anatomía para el movimiento*. ED La Liebre de Marzo, 2011.
- HEMSY DE GAINZA, Violeta. *Aproximación a la eutonía, conversaciones con Gerda Alexander*. Editorial Paidos 1997.
- BERTHERAT, Thérèse. *Guarida del tigre*. Paidós, Cuerpo y salud. Barcelona, 1998.
- LOWEN, Alexander. *Bioenergética*. Editorial Diana, 1977.
- LOWEN, Alexander. *La experiencia del placer*. Editorial Paidos, 1994.
- MAISEL, Edward. *La Técnica Alexander*. E.Paidós, Cuerpo y salud. Barcelona, 1995.
- MYERS, T.W.: *Vías anatómicas. Meridianos miofasciales para terapeutas manuales y del movimiento*. Elsevier Ltd., 2014 (primera edició 2001).
- OIDA, Yoshi. *El actor invisible*. Editorial El Milagro, 2012.
- PARK, Glen. *El arte del cambio*. Editorial Mirach. Madrid, 1991.
- PAXTON, Steve. *Material for the spine. A movement study*. DVD. Produït per Contredanse. Bruseles, 2008.
- PERA, Cristobal. *Pensar desde el cuerpo. Ensayo de la corporeidad*. Ed. Triacatela.
- SPECIANE, F., JADER, T.: *Pensar con el cuerpo*. Ed. Del nuevo extremo, Buenos Aires, Argentina, 2012.
- TUFNELL, Miranda/ CRICKMAY, Chris. *BODY SPACE IMAGE. Notes towards improvisation and performance*. Editorial Dance Books, 2007.
- WHITEHOUSE, Mary S., CHODOROW, Joan y ADLER, Janet. *Artículos traducidos al castellano sobre Movimiento Auténtico: "Integración del cuerpo y la psique: notas de un trabajo en proceso" y "Cuerpo y alma" "El tao del cuerpo"*. Jessica Kingsley Publishers, 1999.