FITXA D'ASSIGNATURA

Entrenament Corporal 3

PLA DOCENT: Grau en Ensenyaments Artístics Superiors d'Art Dramàtic

ESPECIALITAT: Interpretació

CURS: Tercer

MATÈRIA: Moviment

DADES GENERALS

CODI	0306	
NOM	ENTRENAMENT CORPORAL 3	
TIPUS	OBLIGATÒRIA	
CURS I PERÍODE SEMESTRAL D'IMPARTICIÓ	TERCER CURS – PRIMER SEMESTRE	
CRÈDITS ECTS I NOMBRE D'HORES	3 crèdits ECTS / 75 hores	
DESGLOSSAMENT	TOTAL	75 hores
	Treball presencial	50 hores
	Treball dirigit	12,5 hores
	Treball autònom	12,5 hores
PROFESSORAT	Consulteu la web del centre	
REQUISITS PREVIS DE MATRICULACIÓ I ORIENTACIONS	Per a matricular-se a l'assignatura d'**Entrenament corporal 3** caldrà haver superat, prèviament, les assignatures d'**Entrenament corporal 1** i d'**Entrenament corporal 2**.	

FITXA D'ASSIGNATURA

Entrenament Corporal 3

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 l'autorregulació 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'intèrpret i el de 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'intèrpret n'esdevingui un tot comunicatiu coherent, significant i creatiu.

FITXA D'ASSIGNATURA

Entrenament Corporal 3

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

LLEGENDA APRENENTATGES

A-1 Integració de la consciència dels moviments i hàbits posturals, i domini de les eines que permeten la seva modificació.
A-2 Adquisició de consciència de l'esquelet. Millora de la mobilitat de les articulacions.
A-3 Capacitat d'experimentació del moviment a les diferents parts del cos. Vèncer les resistències al moviment
A-4 Capacitat d'experimentació d'una respiració fluida i sense bloquejos.
A-5 Millora de la coordinació de moviments, la consciència del centre corporal i l'equilibri.
A-6 Capacitat d'experimentar fluïdesa, llibertat i harmonia en el moviment.
A-7 Millora de la flexibilitat muscular.
A-8 Coneixement i millora de les pròpies qualitats de moviment. Versatilitat i netedat del gest
A-9 Despertar la necessitat del treball de cos i obrir-se al plaer del moviment.
A-10 Capacitat d'experimentar els principis tècnics bàsics del moviment.
A-11 Assolir la disponibilitat corporal des de l'economia d'esforç.
A-12 Potenciar l'expressivitat des del cos.
A-13 Desenvolupament de la disciplina i l'atenció
A-14 Assumpció dels principis tècnics bàsics del moviment
A-15 Desenvolupament de l'expressivitat i la capacitat d'improvisació.

BLOCS TEMÀTICS

1. Dansa de contacte: treball de bases, a nivell mitjà i alt.
2. Treball de pes i manipulació. D'elasticitat, força, resistència.
3. Llenguatge i vocabulari específic de la dansa contemporània
4. Seqüències a terra pròpies de la dansa contemporània
5. Seqüències pròpies de la dansa contemporània al centre
6. Seqüències pròpies de la dansa contemporània a les diagonals
7. Memòria corporal en relació al vocabulari de la dansa contemporània
8. Introducció a la composició: conceptes bàsics de la coreografia, composició de petites seqüències.
9. Aprofundir en la composició instantània. La improvisació com a format escènic.
10. Complexitat de les seqüències de moviment: girs, salts, desequilibris.
11. Anatomia aplicada a la dansa.

FITXA D'ASSIGNATURA

Entrenament Corporal 3

ACTIVITATS D'APRENENTATGE I ORGANITZACIÓ GENERAL DE L'ASSIGNATURA

1. Treball de terra com fonament en l'aprenentatge.
2. Memorització i repetició de seqüències de moviment.
3. Progressió en el grau de dificultat.
4. Treball escrit: Visionat, reflexió i anàlisi d'un espectacle de dansa.
5. Realització d'una petita exposició oral sobre com relaciona els conceptes treballats a classe amb les lectures fetes en grup.
6. Petita composició grupal utilitzant les eines treballades en el curs.

AVALUACIÓ ACREDITATIVA DELS APRENENTATGES

L'assistència és obligatòria i a partir de 4 faltes l'alumne serà NO AVALUAT. Els ítems avaluatius es dividiran en: actitud 10%, procés 30%, nivell 50%, treball escrit 10%.

1. Avaluació contínua segons l'assistència, implicació i evolució en el procés d'aprenentatge. 90%
   - Nivell (50%)
     - Assoliment dels objectius generals del programa.
     - Comprensió dels continguts conceptuals de les tècniques treballades.
   - Procés (30%)
     - Evolució personal des del nivell inicial amb què afronta el curs fins al nivell a concloure-ho.
     - Desenvolupament de les habilitats durant les sessions.
   - Actitud (10%)
     - Participació i implicació activa durant les sessions.
     - Interès per conèixer, entendre i desenvolupar la tècnica treballada.

2. Treball escrit 10%
   - Anàlisi madur sobre la peça de dansa, desenvolupant tots els punts a observar i transmetent un criteri sustentat en idees fruit de la reflexió.
   - La presentació del treball escrit a la data acordada és requisit indispensable per ser avaluat a l'assignatura.

Pel caràcter eminentment pràctic de l'assignatura, la convocatòria extraordinària (recuperació) només es contempla en el cas dels alumnes que hagin assistit a classe i mostrat una evolució però no hagin pogut presentar-se a l'examen/entrega de treball per motius justificats.

FONTS D'INFORMACIÓ BÀSICA

1. Bogart, Anne. Siete ensayos sobre arte. Editorial Alba, 2008.
2. Calais-Germain, Blandine. Anatomía para el movimento. Editorial La Liebre de Marzo, 2011.
3. Tufnell, Miranda/ Crickmay, Chris. BODY SPACE IMAGE. Notes towards improvisation and performance. Editorial Dance Books, 2007.
4. Raimon Àvila. Moure i Conmoure. Barcelona: Institut del Teatre de la Diputació de Barcelona.
5. Klein, Susan. Klein Technique.

Última Revisió: Novembre 2025