

## Dansa i Expressió corporal

### Dades generals

- **Descripció:** Aquesta assignatura es formula com un procés d'aprenentatge de les capacitats expressives, comunicatives i creatives de la motricitat humana. Així com capacitar a l'alumnat per dissenyar i avaluar processos bàsics d'ensenyament aprenentatge de la dansa i l'expressió corporal.
- **Crèdits ECTS:** 6 bàsics.
- **Idioma principal de les classes:** Català / Castellà
- **S'utilitza oralment la llengua anglesa a l'assignatura:** Res (0%)
- **S'utilitzen documents en llengua anglesa:** Res (0%)
- **Curs:** 1r
- **Duració:** Semestral ( 2n)
- **Professorat:** Dra. SÍLVIA GARCÍAS DE VES

### Competències

#### Competències bàsiques:

CB2. Que els estudiants sàpiguen aplicar els seus coneixements al seu treball o vocació d'una manera professional i posseeixin les competències que solen demostrar-se per mitjà de l'elaboració i defensa d'arguments i la resolució de problemes dins de la seva àrea d'estudi.

CB3. Que els estudiants tinguin la capacitat de reunir i interpretar dades rellevants (normalment dins la seva àrea d'estudi) per emetre judicis que incloguin una reflexió sobre temes destacats d'índole social, científica o ètica.

CB4. Que els estudiants puguin transmetre informació, idees, problemes i solucions a un públic tant especialitzat com no especialitzat.

CB5. Que els estudiants hagin desenvolupat aquelles habilitats d'aprenentatge necessàries per emprendre estudis posteriors amb un elevat grau d'autonomia.

#### Competències transversals:

B3. Aplicar pensament crític, lògic i creatiu, demostrant capacitat d'innovació .

B4. Treballar de forma autònoma amb responsabilitat i iniciativa.

B5. Treballar en equip de forma col·laborativa i responsabilitat compartida.

B6. Comunicar informació, idees, problemes i solucions de manera clara i efectiva en públic o àmbit tècnic contrets

#### Competències nuclears:

C3. Gestionar la informació i el coneixement.

C4. Expressar-se correctament de manera oral i escrita en una de les dos llengües oficials de la URV

#### Competències específiques:

A1. Dissenyar, desenvolupar i avaluar els processos d'ensenyament aprenentatge, relatiu a l'activitat física i l'esport amb atenció a les característiques individuals i contextuais de les persones.

A2. Promoure i avaluar la formació d'hàbits perdurables i autònoms de pràctica de l'activitat física i esport.

A4. Identificar, analitzar i aplicar els principis anatòmics, fisiològics i biomecànics comportaments i socials, en els diferents camps de l'activitat física i l'esport.

A6. Identificar els riscos que es deriven per la salut, d'una pràctica d'activitats físiques inadequades.

A7. Planificar, desenvolupar i avaluar la realització de programes d'activitats físicoesportives.

A9. Seleccionar i saber utilitzar el material i l'equipament esportiu adequat per a cada tipus d'activitat.

### Resultats d'aprenentatge

---

- Contextualitzar la dansa i l'expressió corporal en el moment històric actual a partir del seu fonament teòric.
- Analitzar de forma teòrica i pràctica els components de les situacions motrius d'expressió.
- Identificar les aportacions i aplicacions de la dansa i l'expressió corporal a l'educació física.
- Practicar diferents disciplines i llenguatges expressius.
- Realitzar produccions expressives (escenes/ coreografies) pròpies tot aplicant els coneixements procedimentals i conceptuals adquirits.
- Observar produccions expressives (escenes/coreografies) dels altres i ser capaç de realitzar-ne l'anàlisi així com valorar el treball realitzat.
- Reflexionar de forma crítica sobre diferents temes d'interès per a l'assignatura.
- Ser capaç de crear activitats motrius coordinades amb l'objectiu d'expressar amb el moviment corporal.

### Continguts

---

1. Marc teòric de la dansa i l'expressió corporal.
  - 1.1. Contextualització històrica i tendències en l'expressió corporal i la dansa.
  - 1.2. Història i antecedents de la dansa i expressió corporal.
  - 1.3. Tendències o orientacions en l'expressió corporal i la dansa.
  - 1.4. Terminologia. Què entenem per expressió corporal i dansa? Llenguatges expressius, tècniques expressives.
  - 1.5. Tendències i modalitats de danses.
  - 1.6. L'Expressió Corporal en Educació Física i l'Esport.
    - 1.6.1. Aplicació de l'Expressió Corporal en Educació Física.
    - 1.6.2. Importància de la dansa i l'expressió corporal en els esports artístics.
2. Instruments bàsics de l'expressió corporal i la dansa. El gest com unitat bàsica de moviment.
  - 2.1. El cos. Percepció i exploració corporal.
    - 2.1.1. Consciència i relaxació corporal.
    - 2.1.2. La respiració.
    - 2.1.3. Exploració de la mobilitat i expressió de les extremitats, pelvis i columna vertebral.
    - 2.1.4. La veu.
    - 2.1.5. Tècniques d'alineació corporal: pràctiques introjectives per l'alineació corporal. Estiraments i tonificació per a l'alineació corporal.
  - 2.2. L'espai. Percepció espacial i exploració expressiva de l'espai.
    - 2.2.1. L'espai propi i espai individual.
    - 2.2.2. L'espai intercorporal
    - 2.2.3. L'espai total.
  - 2.3. El temps. Percepció espacial i exploració expressiva del temps.
    - 2.3.1. Ritme intern.
    - 2.3.2. Ritme extern.
    - 2.3.3. Percussió Corporal.
  - 2.4. L'energia. Percepció espacial i exploració expressiva de l'energia.

- 2.4.1. Qualitats de moviment des dels dinamoritmes.
- 2.4.2. Les 8 accions de Rudolf Von Laban.
- 3. Sentiment, expressivitat i missatge.
  - 3.1. La Semiòtica.
  - 3.2. Percepció, consciència, expressió i transformació dels diferents estats d'ànims.
    - 3.2.1. Característiques en l'estat corporal.
    - 3.2.2. Diferències i semblances.
  - 3.3. La relació amb l'entorn.
    - 3.3.1. Els objectes.
    - 3.3.2. Els/les companys/es.
  - 3.4. L'expressió Corporal i la dansa com a mitjà de transformació social: creació de productes creatius a partir de la reflexió sobre la igualtat i la perspectiva de gènere.
- 4. Tècniques de dansa, exercicis bàsics: Dansa contemporània, hip hop, dansa africana, ...
  - 4.1. Estructura d'una sessió.
    - 4.1.1. Exercicis d'escalfament.
    - 4.1.2. Exercicis de tècnica corporal.
    - 4.1.3. Exercicis coreogràfics.
    - 4.1.4. Exercicis de relaxació.
- 5. De la creació a la comunicació - producció. La composició coreogràfica.
  - 5.1. La creativitat.
  - 5.2. L'estructura d'una coreografia grupal (sincronització personal i grupal, sense i amb suport musical, valoració de l'execució, composició i treball en equip, ús i ocupació de l'espai, formacions, nivells, orientacions).
  - 5.3. Creació d'escenes o altres productes creatius d'Expressió Corporal.

### Activitats

Tipus d'activitat	Hores amb professor	Hores sense professor	Total
Sessions magistrals	10	0	10
Pràctiques	20	20	40
Treball tutoritzat	10	0	10
Treball autònom	20	70	80
<b>Total</b>	<b>60</b>	<b>90</b>	<b>150</b>

Les dades que apareixen a la taula de planificació són de caràcter orientatiu, considerant l'heterogeneïtat de l'alumnat.

#### Metodologies docents

Classes magistrals  
 Resolució de casos (grup)

Pràctica  
Avaluació

Les dades que apareixen a la taula de planificació són de caràcter orientatiu, considerant l'heterogeneïtat de l'alumnat.

## Avaluació i qualificació

Les activitats formatives es conformen de:

- Exercicis pràctics individuals o grupals - 30% Elaboració d'escenes i altres productes creatius d'Expressió Corporal i Dansa individual o en grup.
- Sessions pràctiques com alumnat o professorat - 30% Sessions on l'alumnat resoldrà diferents situacions pràctiques.
- Resolució de problemes - 40% Recerca d'informació, disseny i producció de productes creatius propis de l'Expressió Corporal i la Dansa, de forma individual i grupal.

Seguidament s'especifiquen:

### Activitats d'avaluació

Descripció de l'activitat	Competències	Avaluació de l'activitat	%
Defensa de treballs o memòries	CB2, CB3, CB4, B6, C3, C4, A1, A6, A7	Exposar un tema del programa del curs a classe o virtualment (en funció de la possibilitat de realitzar pràctica presencial) de forma lliure i en grup a partir de la lectura o visionat d'un mínim de 5 obres de referència.	25
Participació i pràctica activa en les classes presencials	CB2-5, B3-6, C3-4, A1-2, A6-7	Assistència a classe i participació amb una actitud positiva, respectuosa i oberta. Es combina el treball teòric i pràctic. Presentar els treballs que es demanaran setmanalment i els voluntaris. Assistència i participació a les tutories. Aquest apartat ha de complir necessàriament l'assistència al 80% de les sessions. En cas contrari, se suspendrà l'assignatura.	25
Examen pràctic: 1ª Escena	CB4, CB5, B3, B5, B6, C3, C4, A4	Creació, producció i presentació d'una escena d'Expressió Corporal i Dansa on s'utilitzi també la percussió corporal i la dramatització.	25
Examen pràctic: 2ª Escena	CB4, CB5, B3, B5, B6, C3, A2, A4, A7, A9	Realització i presentació d'una escena d'expressió corporal i dansa en grup o d'un producte virtual (en cas que no es pugui organitzar un esdeveniment presencial) on s'utilitza la lluita escènica i la dansa creativa.	25

S'hauran de seguir les normes de presentació de treballs i de citació bibliogràfica d'EUSES.

### Qualificació

#### Avaluació contínua.

- AVC1: Avaluació de coneixements teòrics (35%)

- 25% Examen teòric
- 10% Participació activa: Entrega de treballs setmanals i voluntaris
- AVC2: Creació escènica i coreogràfica (65 %)
- 25% Escena 1 (requereix de tutorització)
- 25% Escena 2 (requereix de tutorització)
- 15% Participació activa a classe

### **Avaluació final.**

Els alumnes que hagin realitzat totes les tasques i la mitja sigui superior al 50 % superaran l'assignatura amb una avaluació continuada; els que no ho hagin assolit hauran de superar les parts suspeses en l'avaluació final. Aquells alumnes que no han aconseguit els criteris per a l'avaluació continuada o que optin per avaluació final directa hauran de presentar-se a la final.

Aquesta avaluació final consistirà en un examen teòric sobre els continguts de l'assignatura (correspon a un 25% de la nota final), la defensa de treballs o memòries que consisteix en una presentació oral individual i escrita d'un tema, pactat amb el professorat, de forma creativa (25%), un examen pràctic (25%) mitjançant la presentació d'una escena individual o grupal d'Expressió Corporal que inclou diversos llenguatges, com dansa i dramatització i, com a resolució de problemes (25%), es presenten diversos productes corporals creatius en vídeo (calidoscopi de mans, playback facial i seqüència de percussió corporal). Es recomana fer un seguiment tutoritzat per tal d'arribar a una avaluació final adequada.

### **Criteris específics de la nota No Presentat:**

Es considerarà un alumne no presentat aquell que no ha superat el 80% d'assistència obligatòria o bé aconsegueix una valoració de menys del 50% en les activitats d'avaluació continuada o no s'ha presentat a l'avaluació final o a l'avaluació única.

### **Referències bibliogràfiques**

- Cañabate, Dolores, Diez, Sara, i Zagalaz, M. Luisa (2017). La percusión corporal como instrumento para mejorar la agilidad motriz. *Educatio Siglo XXI*, 35(2 Julio), 229. <https://doi.org/10.6018/j/298591>
- Castañer Balcells, Marta (2000). *Expresión corporal y danza*. Barcelona: INDE.
- Castañer Balcells, Marta (2006). *La Inteligencia corporal en la escuela : análisis y propuestas*. Barcelona: Graó.
- Coterón, Javier i Sánchez, Galo (2012). Expresión corporal en Educación Física: la construcción de una disciplina. *EmásF: revista digital de educación física*, 14, 164-175.
- Franklin, E. (2009). *Danza. Acondicionamiento físico*. Barcelona: Paidotribo.
- Garcías de Ves, S., Mateu Serra, M., Spadafora, L., & Armada Crespo, J. M. (2022). Sentimientos y aprendizajes que emergen del Encuentro Interuniversitario de Expresión Corporal (Feelings and learnings that emerge from the Interuniversity Meeting of Corporal Expression). *Retos*, 45, 1076–1086. <https://doi.org/10.47197/retos.v45i0.91461>
- Garcías de Ves, S., Joven Pérez, A., & Lorente-Catalán, E. (2022). Percusión corporal a través de la Esku Dantza. Efectos sobre las emociones en estudiantes de grado en Ciencias de la Actividad Física y el Deporte (Body percussion through Esku Dantza. Effects on emotions in students of Physical Activity and Sport Science. *Retos*, 45, 326–336. <https://doi.org/10.47197/retos.v45i0.91463>
- Invernó, J. (2003). *Circo y educación física: otra forma de aprender*. Barcelona: Inde.
- Jara, J. (2000). *El Clown un navegante de las emociones*. Sevilla: Proexdra.

- Jiménez-Molina, Jesús, Vicedo-Cantó, Emilio, Sayago-Martínez, Roberto, i Romero-Naranjo, F. Javier (2017). Evaluating Attention, Socioemotional Factors and Anxiety in Secondary School Students in Murcia (Spain) Using the BAPNE® Method. Research Protocol. *Procedia - Social and Behavioral Sciences*, 237, 1071–1075. <https://doi.org/10.1016/j.sbspro.2017.02.157>
- Kalmar, Déborah (2005). Qué es la expresión corporal. A partir de la corriente de trabajo creada por Patricia Stokoe. Buenos Aires: Lumen.
- Learreta, B. (coord.) (2005). Los contenidos de expresión corporal. Barcelona: Inde.
- Mateu, Mercè i Torrents, Carlota (2011). Lógica interna de las actividades físicas artístico-4-08-2022 2021-22 / 800010 - Expressió Corporal i Dansa 12/13 expresivas. *Tàndem. Didàctica de la Educación Física*, 39, 48-61
- Mateu Serra, Mercè (1992 ). 1000 ejercicios y juegos aplicados a las actividades corporales de expresión . Barcelona: Paidotribo.
- Martínez, E.J i Zagalaz, M<sup>a</sup>.L. (2008). Ritmo y expresión corporal mediante coreografías. Barcelona: Paidotribo.
- Romero, F. Javier (2013). Criterios de evaluación en la didáctica de la percusión corporal - Método BAPNE. *Educatio Siglo XXI*, 31(1), 235–254.
- Romero, F. Javier (2013). Science & art of body percussion: A review. *Journal of Human Sport and Exercise*, 8(2 SUPPL), 442–457. <https://doi.org/10.4100/jhse.2012.82.11>
- Romero, F. Javier, i Alonso-Sanz, Amparo (2013). Percusión corporal y Stepping en la cultura visual norteamericana. In *Sonidos en la retina* (Ediciones, pp. 185–196). Retrieved from [https://www.academia.edu/7857090/Percusión\\_corporal\\_y\\_Stepping\\_en\\_la\\_cultura\\_visual\\_norteamericana](https://www.academia.edu/7857090/Percusión_corporal_y_Stepping_en_la_cultura_visual_norteamericana)
- Stinton, Susan W. (2005). The hidden curriculum of gender in dance education. *Journal of Dance Education*, 5: 51-57.
- Torrents, Carlota, Balagué, Natàlia, Ric, Àngel, i Hristovski, Robert (2020). The motor creativity paradox: constraining to release degrees of freedom. *Psychology of Aesthetics, Creativity and the Arts*. Doi: 10.1037/aca0000291
- Torrents, Carlota, Casals, Marta i Castañer, Marta (2015). Concepción de la creatividad motriz entre profesores de artes escénicas. *Revista de Psicología del deporte*, 24: 249-257
- Torrents, Carlota i Castañer, Marta (2008) Educación integral mediante el Contact Improvisation. *Tàndem. Didàctica de la Educación Física*, 26, 91-100
- Torrents, Carlota i Castañer, Marta (2009). Las consignas en la Expresión Corporal: una puerta abierta para la creatividad y la creación coreogràfica. *Tàndem. Didàctica de la Educación Física* 30: 111-121.
- Torrents, Carlota, Mateu, Mercè Planas, Antoni i Dinušová, Maria (2011). Posibilidades de las tareas de expresión corporal para suscitar emociones en el alumnado. *Revista de Psicología del deporte*, 20, 2: 401-41
- Torrents, Carlota, Ric, Àngel, i Hristovski, Robert (2015). La creatividad, una propiedad emergente. *Ciencia Cognitiva*, 9:2, 30-32
- Torrents, Carlota, Ric, Àngel i Hristovski, Robert (2015) Creativity and emergence of specific dance movements using instructional constraints. *Psychology of Aesthetics, Creativity and the Arts*, 9, 65-74
- Torres, J. de (1999). Las mil caras del mimo. Madrid: Fundamentos.

Es facilitarà webgrafia durant el curs en relació amb el pla docent de l'assignatura.

## Assignatures recomanades

---

- Jocs i habilitats motrius bàsiques.
- Principis didàctics de l'activitat física i l'esport .
- Programació de l'ensenyament en el sistema educatiu.