

PROGRAMACIÓN DOCENTE DE TÉCNICAS DE CONTROL EMOCIONAL E CORPORAL
CONSERVATORIO SUPERIOR DE MÚSICA DE A CORUÑA
TÍTULO SUPERIOR DE MÚSICA (ENSINANZAS REGULADAS POLO DECRETO 163/2015)

Segundo a Orde EFP/365/2020 de abril, pola que se establecen o marco e as diretrizes de actuación para o segundo cuadrimestre do curso 2019-2010, ante a situación de crise ocasionada polo COVID-19 e a Resolución do 23 de abril de 2020, da Dirección Xeral de Educación, Formación Profesional e Innovación Educativa

1. IDENTIFICACIÓN E CONTEXTUALIZACIÓN										
DISCIPLINA: REPERTORIO DO S. XX CUADRIMESTRE I										
ESPECIALIDADE:	INTERPRETACIÓN							ITINERARIOS:	PIANO	
CARÁCTER:	DISCIPLINA OBRIGATORIA							TIPO DE CLASE:	COLECTIVA	
DEPARTAMENTO:	PIANO							XEFE DE DPTO.:	ROSA-MARÍA GARCÍA BARCIA	
CURSOS	1º curso	2º curso	3º curso	4º curso			COORDINADOR/A DA DISCIPLINA:	ROSA-MARÍA GARCÍA BARCIA		
CUADRIMESTRES	I	II	III	IV	V	VI	VII	Horas de clase semanais:	1	
ECTS/CUAD.				2				Observacións:		
NOME E APELIDOS							TITORÍA		EMAIL/TEL/WEB	
Rosa-María García Barcia							Xoves, 9:30-10:30		garciabarcia@yahoo.es	

2. DESCRIPTOR E COMPETENCIAS	
<p>DESCRITOR: Coñecemento básico da estrutura e función do aparello locomotor e do sistema nervioso. Desenvolvemento de hábitos posturais correctos que minimicen o risco durante a interpretación. Técnicas de respiración, relaxación, autocontrol, optimización da enerxía muscular, concentración e memoria aplicadas ao estudo e á actuación en público.</p>	
<p>COÑECEMENTOS PREVIOS: Non require.</p>	
<p>RELACIÓN CON OUTRAS DISCIPLINAS: A disciplina das Técnicas de control emocional e corporal ten carácter transversal, e está relacionada coas propias da especialidade de interpretación, como a de instrumento/canto, repertorio, música de cámara... Ten como obxectivo desenvolver as técnicas de control psíquico físico cara a potenciación das capacidades expresivas do propio corpo, que redunden na mellora das interpretacións musicais.</p>	
COMPETENCIAS TRANSVERSAIS:	T1, T2, T3, T6, T7, T11, T13, T15
COMPETENCIAS XERAIS:	X8, X21, X24, X25
COMPETENCIAS ESPECÍFICAS:	EI4, EI6, EI8, EI10
<p>Ver a listaxe e a descrición de competencias no DECRETO 163/2015, do 29 de outubro.</p>	

3. OBXECTIVOS	
DESCRCIÓN	COMPETENCIAS RELACIONADAS
1. Fomentar no alumno o interese pola súa posición corporal, pola interiorización de mente e corpo.	T2, T3, T7, T13, X8, X21, X24, EI4, EI6
2. Adquirir coñecemento da importancia do uso axeitado do corpo no acadamento dunha correcta execución musical, na que se amose seguridade e control da situación.	T3, T6, T7, T11, X8, X24, EI18.
3. Coñecer a estrutura e funcionamento do aparello locomotor e do sistema nervioso.	T2, T3, T6, T13, X8, X24, X25, EI4, EI6
4. Investigar sobre aqueles aspectos individuais do alumno que propicien inseguridades á hora da interpretación en público.	T1, T2, T3, T6, T7, T13, X8, X21, X24, X25, EI4, EI6, EI8, EI10
5. Coñecer e aplicar as principais técnicas psicolóxicas de autocontrol emocional.	T1, T2, T3, T6, T13, X8, X24, X25, EI4, EI6, EI10

6. Adquirir unha rutina de exercicios tanto físicos como mentais que faciliten o coidado do aparello locomotor, relacionado co desenvolvemento da súa actividade artística.

T1, T2, T3, T6, T7, T11, T13, X8, X21, X24, X25, E14, E16, E18, E10

4. CONTIDOS E TEMPORALIZACIÓN

TEMAS	DESCRITOR DE SUBTEMAS	SESIÓNS	
		C	I
1. O movemento corporal.	1.1. Patoloxías propias dos pianistas. 1.2. O sistema músculo-esquelético: As estruturas óseas do membro superior. Os músculos do membro superior. Organización e clasificación funcional. O tono muscular. A Fatiga. 1.3. A hixiene postural. 1.4. As destrezas motrices. Definición, compoñentes e características.	4	
2. A Expresión corporal.	2.1. Estrutura do sistema nervioso. 2.2. O sistema nervioso somático. O control motor. 2.3. O sistema nervioso autónomo: sistemas simpático e parasimpático. 2.4. A propiocepción e o mapa corporal.	3	
3. Ansiedade escénica.	3.1. Teorías sobre o impacto dos procesos psicolóxicos sobre a <i>performance</i> pública. 3.2. Enfoque reductivo. Técnicas asociadas. 3.3. Enfoque reestructurador. Técnicas asociadas.	4	
4. Metodoloxía de traballo autónomo.	5.1. Aprendizaxe vs. Execución. 5.2. A práctica da técnica. A sobreaprendizaxe. A Transferencia da aprendizaxe. 5.3. Os movementos pianísticos. A análise técnica. 5.4. A memoria.	3	
Actividades de reforzo/ampliación		2	
		TOTAL SESIÓNS:	
			16
VER PUNTO 9: OBSERVACIÓNS			

5. METODOLOXÍA E PLANIFICACIÓN DOCENTE

TIPO DE ACTIVIDADE E DESCRICIÓN	HORAS PRESENCIAIS	HORAS NON PRESENCIAIS	TOTAL HORAS
	C	I	C I
Exposición teórico-práctica: recepción de información.	10	0	10
Lectura guiada e comentario de fontes: confrontación conxunta de fragmentos bibliográficos proporcionados polo profesor para a súa análise e a extracción de datos relacionados co tema correspondente.	9	0	9
Exercicios prácticos: realización de exercicios para fixar os contidos traballados.	9	0	9
Estudio individual	0	18	28
Titorías:			
1. Individuais	1	0	1
2. De grupo	1	0	1
Actividades de avaliación:			
1. Probas	1	0	1
2. Revisión de probas	1	0	1
TOTAL HORAS:			60

6. AVALIACIÓN

FERRAMENTAS DE AVALIACIÓN	CRITERIOS DE AVALIACIÓN	COMPETENCIAS AVALIADAS	PONDERACIÓN
6.1. CONVOCATORIA ORDINARIA			
6.1.1 AVALIACIÓN ORDINARIA (CON AVALIACIÓN CONTINUA)			

Asistencia a clase ata o 13 de Marzo	-Asistencia a clase. -Participación activa nas actividades programadas. -Actitude en clase.	T9, T11, T16, T17, X3, X10, X14, X17, X23, E11, E12, E13, E14, E15, E17, E16, E18.	100 %
Proba obxectiva: Traballo escrito: Recensión sobre un documento a escoller entre os facilitados aos alumnos por correo electrónico. Prégase o envío do traballo ao correo que figura na programación: garciaabarcia@yahoo.es	-Coherencia no desenvolvemento das diferentes partes do traballo -Corrección formal do traballo presentado.	T1, T2, T3, T11, T13, T15, X8, X21, X24, X25, E14, E16, E10.	Actividade complementaria non avaliable de forma negativa
6.1.2. AVALIACIÓN ORDINARIA (ADIANTO DE CONVOCATORIA-EXAME DECEMBRO)			
Asistencia a clase ata o 13 de Marzo	-Asistencia a clase. -Participación activa nas actividades programadas. -Actitude en clase.	T9, T11, T16, T17, X3, X10, X14, X17, X23, E11, E12, E13, E14, E15, E17, E16, E18.	100 %
Proba obxectiva: Traballo escrito: Recensión sobre un documento a escoller entre os facilitados aos alumnos por correo electrónico. Prégase o envío do traballo ao correo que figura na programación: garciaabarcia@yahoo.es	-Coherencia no desenvolvemento das diferentes partes do traballo -Corrección formal do traballo presentado.	T1, T2, T3, T11, T13, T15, X8, X21, X24, X25, E14, E16, E10.	Actividade complementaria non avaliable de forma negativa
6.1.3. AVALIACIÓN ALTERNATIVA (PERDA AVALIACIÓN CONTINUA) Para os alumnos que superen as 3 faltas de asistencia			
Proba obxectiva: Traballo escrito: Recensión sobre un documento a escoller entre os facilitados aos alumnos por correo electrónico. Prégase o envío do traballo ao correo que figura na programación: garciaabarcia@yahoo.es	-Coherencia no desenvolvemento das diferentes partes do traballo -Corrección formal do traballo presentado.	T1, T2, T3, T11, T13, T15, X8, X21, X24, X25, E14, E16, E10.	100 %
6.2. CONVOCATORIA EXTRAORDINARIA			
Asistencia a clase ata o 13 de Marzo	-Asistencia a clase. -Participación activa nas actividades programadas. -Actitude en clase.	T9, T11, T16, T17, X3, X10, X14, X17, X23, E11, E12, E13, E14, E15, E17, E16, E18.	100 %
Proba obxectiva: Traballo escrito: Recensión sobre un documento a escoller entre os facilitados aos alumnos por correo electrónico. Prégase o envío do traballo ao correo que figura na programación: garciaabarcia@yahoo.es	-Coherencia no desenvolvemento das diferentes partes do traballo -Corrección formal do traballo presentado.	T1, T2, T3, T11, T13, T15, X8, X21, X24, X25, E14, E16, E10.	Actividade complementaria non avaliable de forma negativa

7. ALUMNADO CON NECESIDADES EDUCATIVAS ESPECIAIS

DESCRIPCIÓN	CRITERIOS E PAUTAS
No presente curso non cursa esta disciplina ningún alumno/a con necesidades educativas especiais	

8. BIBLIOGRAFÍA, MATERIAIS E DOCUMENTOS

1. Referencias básicas. - Putz, R./ Pabst R. Sobotta, Atlas de Anatomía Humana, Médica Panamericana, Madrid, 2006. - Kiernan, J. A. El sistema nervioso humano: una perspectiva anatómica, Wolters Kluwer/ Lippincott Williams & Wilkins, Barcelona, 2009. - Vázquez Rodríguez, M. I Técnicas de relajación y respiración, Síntesis, Madrid, 2001.

2. Referencias complementarias.

- Sobotta, Atlas de Anatomía Humana, directores R. Putz y R. Pabst, Médica Panamericana, Madrid, 2006.
Butler, D. S. Movilización del sistema nervioso, Paidotribo, Barcelona, 2009.
Mackinnon, P. C. B/ Morris J. F. Oxford anatomía funcional, Panamericana, Madrid, 1993.
Vázquez Rodríguez, M. I Técnicas de relajación y respiración, Síntesis, Madrid, 2001.
Gay, H. La respiración consciente para conservar la salud, liberarse del estrés y alcanzar el dominio de uno mismo, Ediciones Urano, 1997.
Digambarananda Saraswati, S. Claves del yoga: teoría y práctica, La liebre de Marzo, Barcelona, 2010.
Payne, R. A. Técnicas de relajación: guía práctica para el profesional de la salud, Paidotribo, Barcelona, 2009.
Bang-Rouhet, P. ¿Qué nos jugamos cuando hablamos en público?: comprenda su miedo escénico y cómo controlarlo, Alienta, Barcelona, 2009.
Viaño Santasmarinas, J. J. Actividad física, actividad musical y trastornos músculo-esqueléticos en estudiantes instrumentistas de conservatorio (tesis doctoral), 2009
Chiantore, L. Historia de la Técnica Pianística Alianza Editorial 2001 Madrid
Schültz, Arnold The Riddle of the pianist's finger Carl Fischer. New York. 1936
Caland, Elisabeth Artistic Piano Playing as Taught by Ludwig Deppe Together with Practical Examples The Olympian Publishing Company 1903
Fay, Amy Music Study in Germany, The MacMillan Company London, New York, 1908
Bree, Malwine Reprint The Leschetizky Method. A guide to fine and correct piano playing, Dover Publications. New York. 1997.
Breithaupt, Rudolf Maria School of Weight-Touch (1909) C. F. Kahnt Nachfolger, Leipzig
Matthay, Tobias The Act of Touch Bosworth & Co., Londres 1905.
Matthay, Tobias The Visible and invisible in pianoforte technique being a digest of the author's technical teachings up to date Oxford University Press 1932
Ortmann, Otto The Physical Basis of Piano Touch and Tone Kegan Paul, Trench, Trubner & Co. Ltd. London 1925.
Leimer, K. La moderna ejecución pianística, Ricordi, Buenos Aires 1950
Leimer, Rítmica, dinámica y pedal, Ricordi, Buenos Aires 1951
Gat, J. The Technique of piano Playing Collet's London and Wellingborough, 1980.

9. OBSERVACIONES

4. CONTIDOS: As sesións adicadas aos diversos temas dos contidos non representan compartimentos estancos nin un número fixo de sesións, se non que son meramente orientativas e quedan a discreción do profesor.