

PROGRAMACIÓN DOCENTE DE TÉCNICAS DE CONTROL EMOCIONAL Y CORPORAL
CONSERVATORIO SUPERIOR DE MÚSICA DA CORUÑA
TÍTULO SUPERIOR DE MÚSICA (ENSINANZAS REGULADAS POLO DECRETO 163/2015 , DO 29 DE OUTUBRO)
CURSO ACADÉMICO 2019/20

MODIFICACIÓN PARA O ESTADO DE ALARMA VIXENTE DESDE O 16 DE MARZO DE 2020

| 1. IDENTIFICACIÓN E CONTEXTUALIZACIÓN | | | | | | | | | |
|---|--------------------|----------|-----|----------|----------------------|----------|-----|------------------------------|--|
| DISCIPLINA: Técnicas de Control Emocional e Corporal | | | | | | | | | |
| ESPECIALIDADE: | Interpretación | | | | ITINERARIOS: | | | Jazz | |
| CARÁCTER: | Obrigatorio | | | | TIPO DE CLASE: | | | COLECTIVA | |
| DEPARTAMENTO: | Jazz | | | | XEFE DE DPTO.: | | | Marcelino Galán | |
| CURSOS | 1º curso | 2º curso | | 3º curso | | 4º curso | | COORDINADOR/A DA DISCIPLINA: | |
| CUADRIMESTRES | I | II | III | IV | V | VI | VII | I | |
| ECTS/CUAD. | --- | --- | --- | 2 | --- | --- | --- | Observacións: | |
| DOCENTES: | NOME E APELIDOS | | | | EMAIL/TEL/WEB | | | TITORÍA | |
| | Traugott G. Graser | | | | tgraser@edu.xunta.es | | | Mie. 19h -20h | |

| 2. DESCRIPTOR E COMPETENCIAS | |
|--|--|
| DESCRITOR: | Adquisición de coñecementos e práctica de exercicios que faciliten a adquisición de correctos hábitos de movemento, postura, respiración e actitudes mentais para mellorar nos ámbitos de: madurez persoal e artística; interpretación en público; saúde física e mental resistente ao estrés dunha vida como intérprete musical e/ou docente; pedagogía e docencia. |
| COÑECEMENTOS PREVIOS: | |
| RELACIÓN CON OUTRAS DISCIPLINAS: | TODAS |
| COMPETENCIAS TRANSVERSAIS: | T6, T12 |
| COMPETENCIAS XERAIS: | X8, X19, X21, X24, X26 |
| COMPETENCIAS ESPECÍFICAS: | EI6, EI7 |
| Ver a lista e descrición de competencias no Decreto 163/2015 | |

| 3. OBXECTIVOS | |
|--|------------------------------------|
| DESCRICIÓN | COMPETENCIAS RELACIONADAS |
| 1. Adquisición de coñecementos sobre a anatomía humana en relación co movemento na práctica musical. | T12 X1,24,26 E6 |
| 2. Adquisición de coñecementos sobre os factores psico-mentais relevantes na práctica e interpretación musical en público e na docencia. | T12 X21,24,26 E6 |
| 3. Presentación de técnicas e métodos de control emocional e corporal, de relaxación e de concentración mental. | T6,12 X8,19,21,24,26 E6,7 |
| 5. Creación dunha base de coñecementos destas técnicas para a futura (auto-) formación nelas. | T6,12,13 X8,19,21,24,26 E6,7 |

| 4. CONTIDOS E TEMPORALIZACIÓN: Cuadrimestre único | | |
|--|---|----------|
| TEMAS | DESCRITOR DE SUBTEMAS | SESIÓNS |
| 1.As experiencias, dúbidas e expectativas individuais. | 1.1.Conversación e intercambio sobre aspectos xerais da materia desde o punto de vista persoal dos alumnos. | 1 |
| 2.O malabarismo como método de concentración mental e integración corporal e como exemplo dunha metodoloxía no estudio e aprendizaxe individual. | 2.1.Presentación teórica dos aspectos mais relevantes da materia. 2.2.Práctica de exercicios básicos da materia. | 2 |
| 3.A respiración * | 3.1.A respiración seguindo o traballo de B. Calais-Germain ou outros autores. 3.2. Práctica de exercicios básicos da materia. (opcional) | 0,3 |
| 4. O adestramento autógeno: o traballo de Johannes H. Schultz* | 4.1.Presentación teórica dos aspectos mais relevantes da materia. 4.2.Práctica de exercicios básicos da materia. (opcional) | 0,3 |
| 5. A Técnica Alexander: o traballo de F.M. Alexander* | 5.1.Presentación teórica dos aspectos mais relevantes da materia. 5.2.Práctica de exercicios básicos da materia. (opcional) | 0,3 |
| 6. Tai Chi* | 6.1.Presentación teórica dos aspectos mais relevantes da materia. 6.2.Práctica de exercicios básicos da materia. (opcional) | 0,3 |
| 7. Yoga* | 7.1.Presentación teórica dos aspectos mais relevantes da materia. 7.2.Práctica de exercicios básicos da materia. (opcional) | 0,3 |
| 8. Feldenkrais: o traballo de Moshé Feldenkrais* | 8.1.Presentación teórica dos aspectos mais relevantes da materia. 8.2.Práctica de exercicios básicos da materia. (opcional) | 0,3 |
| 9. O Lenguaxe corporal – leccións do actor Samy Molcho* | 9.1.Presentación teórica dos aspectos mais relevantes da materia. 9.2.Práctica de exercicios básicos da materia. | 0,3 |
| 10. Tennis – o xogo interior de Tim Gallway* | 10.1.Presentación teórica dos aspectos mais relevantes da materia. 10.2.Práctica de exercicios básicos da materia. (opcional) | 0,3 |
| 11. A relaxación progresiva* – o traballo de Edmund Jacobsen e dos seus seguidores | 11.1.Presentación teórica dos aspectos mais relevantes da materia. 11.2.Práctica de exercicios básicos da materia. (opcional) | 0,3 |
| 12. Outros Temas e Técnicas* | 12.1. Incorporación nas clases de temas e técnicas plantexados pol@s alumn@s... (opcional) | 0,3 |
| *As técnicas sinaladas con * serán elixidos pol@s alumn@s para elaborar un traballo sobre elas e presentalo en clase, de modo que posiblemente non se acadan todas desta lista en clase. A lista de contidos poderá variar tamén seguindo propostas de temas por parte d@s alumn@s de cada curso/ grupo. | | |
| TOTAL SESIÓNS: | | 6 |

| 5. METODOLOXÍA E PLANIFICACIÓN DOCENTE | | | |
|---|------------------------|-----------------------|-------------|
| TIPO DE ACTIVIDADE E DESCRICIÓN | HORAS PRESENCIAIS | HORAS NON PRESENCIAIS | TOTAL HORAS |
| 5.1.Actividades introdutorias e explicacións complementarias Discurso con explicacións iniciais dunha unidade temática ou exercicio novo. Explicacións sobre aspectos extramusicais ou cuestións relacionadas coa práctica e có estudio. As explicacións complementarias poden ser planificadas polo profesor ou xurdir espontaneamente da situación en clase. | 1 | | 1 |
| 5.2.Exposición / explicación teórica Exposición da técnica cun traballo que os/as alumn@s preparan en casa. Discusión, intercambio, preguntas ao/ á alumn@ que presenta e ao profesor. | 2 | | 2 |
| 5.3.Exposición / exemplificación práctica Exemplificación práctica de exercicios básicos da técnica (opcional). | 2 | | 2 |
| 5.4.Exposición por vídeos e imáxes Exemplificación da técnica mediante imaxes e vídeos que poderán formar parte da presentación do traballo d@ alumn@ | 1 | | 1 |
| 5.5.Traballo individual sobre papel: Elaboración dun traballo investigativo sobre una das técnicas a base de fontes en papel ou dixitais Nota: Na parte do cuadrimestre con traballo non presencial, esta actividade quédase a única. A tod@s @s alumnos envíanse copias de todos os traballos entregados. | | 54 | 54 |
| Actividades de avaliación: inclúense na presenza individual, na aptitude e actitude en clase, na presentación en clase do traballo non presencial. | -/- (en 5.2;5.3 e 5.5) | | |
| TOTAL HORAS: | | | 60 |
| Observacións: Os valores de horas (por cuadrimestre) son aproximados e poderán variar segundo o desenvolvemento de cada grupo. | | | |

| 6. AVALIACIÓN | | | |
|---|--|---------------------------------------|-------------|
| FERRAMENTAS DE AVALIACIÓN | CRITERIOS DE AVALIACIÓN | COMPETENCIAS AVALIADAS | PONDERACIÓN |
| 6.1. CONVOCATORIA ORDINARIA | | | |
| 6.1.1 AVALIACIÓN ORDINARIA (CON AVALIACIÓN CONTINUA) | | | |
| Diario de clase / caderno do profesor con observacións | Actitude en clase (participación, puntualidade, comportamento e disposición xeral d@ alumn@) | T6,12,13, X1,8,19,21,24,26 E6,7 | 10% |
| Observación do progreso d@ alumn@, grado e velocidade no que consegue os obxectivos e acadada os contidos. Diario de clase / caderno do profesor con observacións | Aptitude en clase (a práctica individual en clase, a capacidade e rapidez para assimilar contidos novos e a capacidade de interrelacionar contidos e conceptos, participación) | T6,12,13, X1,8,19,21,24,26 E6,7 | 10% |
| Pregunta- resposta e aportación Diario de clase / caderno do profesor con observacións | Resposta en clase (capacidade de resposta a preguntas relacionadas coa materia que o profesor pode plantexar e a capacidade de aportar puntos de vista propios) | T6,12,13, X1,8,19,21,24,26 E6,7 | 10% |
| Práctica individual sobre papel / elaboración dun traballo sobre unha das técnicas a acadar e entrega por escrito ao profesor. | Calidad do traballo escrito e da presentación en clase. | T6,12,13, X1,8,19,21,24,26 E6,7 | 70% |
| Exame fin de cuadrimestre (sólo como avaliación alternativa) | Exame escrito que abarca un mínimo de cinco temas acadados no cuadrimestre en varios exercicios con preguntas específicas sobre as técnicas e entrega dun traballo escrito sobre una das técnicas acadadas no curso. | T6,12,13, X1,8,19,21,24,26 E6,7 | 100% |
| 6.1.2. AVALIACIÓN ORDINARIA (ADIANTO DE CONVOCATORIA-EXAME DECEMBRO) | | | |
| 6.1.3. AVALIACIÓN ALTERNATIVA (PERDA AVALIACIÓN CONTINUA) <i>Superadas 4 faltas de asistencia a clase (por cuadrimestre) @ alumn@ perde a avaliación continua e o profesor aplicará a avaliación alternativa.</i> | | | |
| Exame oral por videoconferencia que abarca un mínimo de tres temas acadados no cuadrimestre en varios exercicios con preguntas específicas sobre as técnicas e entrega dun traballo escrito sobre una das técnicas acadadas no curso. | Coñecemento teórico en 3 temas dos contidos do cuadrimestre e calidade do traballo escrito sobre una das técnicas do apartado 4. | Todas do aptdo 2 | 100% |
| 6.2. CONVOCATORIA EXTRAORDINARIA | | | |
| Exame oral por videoconferencia que abarca un mínimo de tres temas acadados no cuadrimestre en varios exercicios con preguntas específicas sobre as técnicas e entrega dun traballo escrito sobre una das técnicas acadadas no curso. | Coñecemento teórico en 3 temas dos contidos do cuadrimestre e calidade do traballo escrito sobre una das técnicas do apartado 4. | Todas do aptdo 2 | 100% |

7. ALUMNADO CON NECESIDADES EDUCATIVAS ESPECIAIS

DESCRIPCIÓN

CRITERIOS E PAUTAS

Non presente curso académico non están matriculados alumnos con necesidades educativas especiais nesta disciplina

8. BIBLIOGRAFÍA, MATERIAIS E DOCUMENTOS

1. Referencias básicas:

Debido á natureza e á amplitude da materia non se poden indicar referencias básicas. De todas formas en internet poderán atoparse numerosas referencias a todos os temas.

2. Referencias complementarias.

9. OBSERVACIÓNS

PD modificada a causa da suspensión das actividades presenciais no periodo do estado de alarma nacional a partir do día 16 de marzo de 2020.
As modificacións da PD presente aplícanse únicamente ás avaliacións de maio e xuño do curso 2019/20.