PROGRAMACIÓN DOCENTE DE TÉCNICAS DE CONTROL EMOCIONAL E CORPORAL

CONSERVATORIO SUPERIOR DE MÚSICA DA CORUÑA

TÍTULO SUPERIOR DE MÚSICA (ENSINANZAS REGULADAS POLO DECRETO 163/2015 DO 29 DE OUTUBRO)

Curso 2019/20

Adaptación por mor da situación do confinamento derivado do estado de alarma para a xestión da situación de crise sanitaria ocasionada polo COVID-19, publicado no *Real Decreto 463/2020, do 14 de marzo, BOE número 67, do 14 de marzo*, e realizada no marco da I*nstrucción de 27 de abril de 2020* da dirección xeral de educación e Formación Profesional e Innovación Educativa

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **1. IDENTIFICACIÓN E CONTEXTUALIZACIÓN** | | | | | | | | | | |
| **DISCIPLINA*:* TÉCNICAS DE CONTROL EMOCIONAL E CORPORAL** | | | | | | | | | | |
| ESPECIALIDADE | Interpretación | | | | | | | | ITINERARIO | Frauta |
| CARÁCTER | Obrigatoria | | | | | | | | TIPO DE CLASE | Colectiva |
| DEPARTAMENTO | Vento Madeira | | | | | | | | XEFE/A DE DPTO. | Ismael Vaquero Baquero |
| CURSOS | 1º curso | | 2º curso | | 3º curso | | 4º curso | | COORDINADOR/A DA DISCIPLINA | César Concheiro Guerrico |
| CUADRIMESTRES | I | II | III | IV | V | VI | VII | VIII | Horas de clase semanais: | 2H |
| ECTS/CUAD. | - | - | - | 2 | - | - | - | - | Observacións: |  |
| DOCENTES: | NOME E APELIDOS | | | | | | | | EMAIL/TEL/WEB | TITORÍA |
| César Concheiro Guerrico | | | | | | | | cesarconcheiro@gmail.com | Luns ás 19:00 h. |

|  |  |
| --- | --- |
| **2. DESCRITOR E COMPETENCIAS** | |
| 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. |
| COÑECEMENTOS PREVIOS: | Non require |
| 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. |
| COMPETENCIAS TRANSVERSAIS: | T1, T2, T3, T6, T7, T11, T13, T15 |
| COMPETENCIAS XERAIS: | X8, X21, X24, X25 |
| COMPETENCIAS ESPECÍFICAS | EI4, EI6, EI8, EI10 |
| Ver a lista e descrición de competencias no Decreto 163/2015 do 29 de outubro. | |

|  |  |
| --- | --- |
| **3. OBXECTIVOS** | |
| DESCRICIÓN | COMPETENCIAS RELACIONADAS |
| Fomentar no alumno o interese pola súa posición corporal, pola interiorización de mente e corpo | T2, T3, T7,T13, X8, X21, X24, EI4, EI6 |
| 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 |
| Coñecer a estrutura e funcionamento do aparello locomotor e do sistema nervioso | T2, T3, T6, T13, X8, X24, X25, EI4, EI6 |
| 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 |
| Coñecer e aplicar as principais técnicas psicolóxicas de autocontrol emocional | T1, T2, T3, T6, T13, X8, X24, X25, EI4, EI6, EI10 |
| 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, EI4, EI6, EI8, EI10 |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **4. CONTIDOS E TEMPORALIZACIÓN \*** | | |
| TEMAS | DESCRITOR DE SUBTEMAS | SESIÓNS |
| O movemento corporal | 1.Funcions básicas.  2.Descrición do corpo do músico. | 1,5 |
| 3. Actividades de consolidación ou reforzo | 0,5 |
| A expresión corporal | 1.Relación instrumento- instrumentista. | 2 |
| Preparación física para a actuación en público | 1.Exercicios de posición con e sen instrumeto. Interiorización e visualización.  2.Interpretación en público. | 2 |
| 3. Actividades de consolidación ou reforzo | 0 |
| Preparación psíquica | 1. A concentración como ferramenta esencial da seguridade. 2. Estratexias para concentrarse. 3. Visualización expresiva con e sen instrumento. | 0 |
| 1. Actividades de consolidación ou reforzo | 0 |
| Metodoloxía de traballo autónomo | 1. Estratexias para fomentar a concentración no estudo.  2. Estratexias de estudo eficiente. | 0 |
| 3. Actividades de consolidación ou reforzo | 0 |
| TOTAL SESIÓNS: O número total de sesións correspondente ao Número de sesións impartidas ata o 14 de marzo | | 6 |

\* Se o número de sesións non coincidira coas propostas por causas de calendario,adaptaranse os contidos ás sesión efectivas no curso.

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **5. METODOLOXÍA E PLANIFICACIÓN DOCENTE** | | | |
| TIPO DE ACTIVIDADE E DESCRICIÓN | HORAS PRESENCIAIS | HORAS NON PRESENCIAIS | TOTAL HORAS |
| 1. Descripción da posición corporal que posúe cada alumno. Investigación sobre o aprendido no pasado sobre este tema. Creación da propia historia corporal | 4 | 3 | 7 |
| 2. Recuperación sobre o que conciere este tema | - | 3 | 3 |
| 3. Reforzamento e consolidación do  traballo. | 2 | -+22 | 24 |
| 4. Elaboración e reelaboración da  información | - | 8 | 8 |
| 5. Consolidación profunda e fixación  da aprendizax( exercicios, visualizacións, descripcións, simulacros de probas, audicións, recitacis,...). | 0 | 14+4 | 18 |
| 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) | | | | | |
| Avaliación continua das actividades realizadas en clase. | 1. Coñecer as implicacións escénicas que leva a súa actividade profesional e ser capaz de desenvolver as súas aplicacións prácticas. 2. Construír unha idea interpretativa coherente e propia. 3. Debater e explicar verbalmente os seus puntos de vista sobre a interpretación, así como responder ao reto que supón facilitar a comprensión da obra musical. 4. Interpretar o repertorio significativo da súa especialidade tratando de xeito adecuado os aspectos que o identifican na súa diversidade estilística. 5. Manexar o instrumento/voz de xeito que se poida expresar musicalmente, partindo do coñecemento e dominio da técnica instrumental e corporal, así como das características acústicas, organolóxicas e das variantes estilísticas. | | T1, T2, T3, T6, T7, T11, T13, T15, X8, X21, X24, X25, E4, E6, E8, E10 | | 100% |
| Interpretación en público de fragmentos e pezas traballados na clase. | 1. Coñecer as implicacións escénicas que leva a súa actividade profesional e ser capaz de desenvolver as súas aplicacións prácticas.  2. Construír unha idea interpretativa coherente e propia.  3. Debater e explicar verbalmente os seus puntos de vista sobre a interpretación, así como responder ao reto que supón facilitar a comprensión da obra musical.  4. Interpretar o repertorio significativo da súa especialidade tratando de xeito adecuado os aspectos que o identifican na súa diversidade estilística.  5. Manexar o instrumento/voz de xeito que se poida expresar musicalmente, partindo do coñecemento e dominio da técnica instrumental e corporal, así como das características acústicas, organolóxicas e das variantes estilísticas. | | Anulado por mor da crise do Covid-19 | |  |
| 6.1.2. AVALIACIÓN ORDINARIA (ADIANTO DE CONVOCATORIA-EXAME DECEMBRO) | | | | | |
| Traballo académico que inclúa un suposto práctico. | | 1. Coñecer as implicacións escénicas que leva a súa actividade profesional e ser capaz de desenvolver as súas aplicacións prácticas. 2. Construír unha idea interpretativa coherente e propia. 3. Debater e explicar verbalmente os seus puntos de vista sobre a interpretación, así como responder ao reto que supón facilitar a comprensión da obra musical. 4. Interpretar o repertorio significativo da súa especialidade tratando de xeito adecuado os aspectos que o identifican na súa diversidade estilística. 5. Manexar o instrumento/voz de xeito que se poida expresar musicalmente, partindo do coñecemento e dominio da técnica instrumental e corporal, así como das características acústicas, organolóxicas e das variantes estilísticas. | | T1, T2, T3, T6, T7, T11, T13, T15, X8, X21, X24, X25, E4, E6, E8, E10 | 100% |
| 6.1.3. AVALIACIÓN ALTERNATIVA (\*PERDA AVALIACIÓN CONTINUA)  **\***(Alumnos que superen as 4 faltas por cuadrimestre, establecidas no centro, aprobadas en consello escolar) | | | | | |
| Traballo académico que inclúa un suposto práctico. | | 1. Coñecer as implicacións escénicas que leva a súa actividade profesional e ser capaz de desenvolver as súas aplicacións prácticas. 2. Construír unha idea interpretativa coherente e propia. 3. Debater e explicar verbalmente os seus puntos de vista sobre a interpretación, así como responder ao reto que supón facilitar a comprensión da obra musical. 4. Interpretar o repertorio significativo da súa especialidade tratando de xeito adecuado os aspectos que o identifican na súa diversidade estilística. 5. Manexar o instrumento/voz de xeito que se poida expresar musicalmente, partindo do coñecemento e dominio da técnica instrumental e corporal, así como das características acústicas, organolóxicas e das variantes estilísticas. | | T1, T2, T3, T6, T7, T11, T13, T15, X8, X21, X24, X25, E4, E6, E8, E10 | 100% |
| **6.2. CONVOCATORIA EXTRAORDINARIA** | | | | | |
| Traballo académico que inclúa un suposto práctico. | | 1. Coñecer as implicacións escénicas que leva a súa actividade profesional e ser capaz de desenvolver as súas aplicacións prácticas. 2. Construír unha idea interpretativa coherente e propia. 3. Debater e explicar verbalmente os seus puntos de vista sobre a interpretación, así como responder ao reto que supón facilitar a comprensión da obra musical. 4. Interpretar o repertorio significativo da súa especialidade tratando de xeito adecuado os aspectos que o identifican na súa diversidade estilística. 5. Manexar o instrumento/voz de xeito que se poida expresar musicalmente, partindo do coñecemento e dominio da técnica instrumental e corporal, así como das características acústicas, organolóxicas e das variantes estilísticas. | | T1, T2, T3, T6, T7, T11, T13, T15, X8, X21, X24, X25, E4, E6, E8, E10 | 100% |

|  |  |
| --- | --- |
| **8. BIBLIOGRAFÍA, MATERIAIS E DOCUMENTOS** | |
| LIBROS | A seguinte bibliografía ten carácter orientador e poderá variarse en función das necesidades pedagóxicas dos alumnos.   1. El cuerpo del músico. Manual de mantenimienro para un máximo   rendimiento. *Jaume Rosset i Llobet y Gerge Odam.*   1. Zen en el Arte del tiro al Arco. *Eugen Herrigel.* 2. *El Juego interior del Tenis, T. Gallwey* |