



Guía Docente de Técnicas de Control Emocional e Corporal (Piano)

Ensinanzas Superiores de Música Título superior de música (ensinanzas reguladas polo Decreto 163/2015, do 29 de outubro)

1. Identificación e contextualización

DISCIPLINA	Técnicas de Control Emocional e Corporal (Piano)									
ESPECIALIDADE	INTERPRETACIÓN				ITINERARIO	Piano				
CARÁCTER	B) Obrigatoria				TIPO DE CLASES	Colectiva				
DEPARTAMENTO	Piano				XEFE/A DO DEPARTAMENTO	María José Cid Castro				
CURSOS	1.º curso		2.º curso		3.º curso		4.º curso		COORDINADOR/A DA DISCIPLINA	Patricia Rejas Suárez
CUADRIMESTRE	I	II	III	IV	V	VI	VII	VIII	Horas de clase semanais	1
ETCS/ CUADRIMESTRE	-	-	1	1	-	-	-	-	Observacións	
DOCENTES	NOME E APELIDOS				MAIL/TEL/WEB				TITORÍA	
	Patricia Rejas Suárez				patricia.rejas@gmail.com				Luns de 9 a 10	

2. Descritor e competencias

Ver lista e descrición de competencias no anexo II do decreto 163/2015 (DOG do 16 de novembro de 2015)/171/2016

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
COÑECIMENTOS PREVIOS	Os adquiridos nas materias dos cursos anteriores
RELACIÓN CON OUTRAS DISCIPLINAS	
TRANSVERSAIS	T1, T2, T3, T6, T7, T11, T13, T15
XERAIS	X8, X21, X24, X25
ESPECÍFICAS	EI4, EI6, EI8, EI10

3. Obxectivos

DESCRIPCIÓN	COMPETENCIAS RELACIONADAS
<ol style="list-style-type: none"> 1. Crear unha rutina individualizada de exercicios que garanta un soporte físico que permita interpretar e estudar de maneira sana 2. Apreciar a importancia das técnicas corporais para o desenvolvemento do instrumento 3. Desenvolver técnicas de estudo eficientes e que comprendan a totalidade dun proceso musical global 4. Elaboración dun plan de traballo 5. Desenvolver a capacidade de auto-observación tanto corporal como mental que permita unha interpretación óptima ante o público 6. Desenvolver a sensibilidade cinestésica e a flexibilidade corporal 7. Valorar e recoñecer o noso corpo como instrumento expresivo, coa capacidade de posuír unha linguaxe propia para comunicarse 8. Ampliar a capacidade e o control respiratorio necesarios 9. Separar de forma independente cada membro do esquema corporal, posuíndo unha percepción clara de cada un deles 10. Traballar a relaxación para acadar un nivel óptimo na musculatura, evitando as tensións inconscientes que xorden no momento do estudo e da interpretación 11. Comprender a importancia das emocións 12. Coñecer as formas básicas do movemento, da mímica e do xesto como medios expresivos de comunicación 	TODAS

4. Contidos

TEMAS	DESCRITOR SUBTEMAS	SESIÓNS
1. Conciencia do esquema corporal-instrumental	Interrelación das sensacións físicas en relación co piano	3
2. Técnicas de relaxación corporal e estiramientos propios da disciplina		3
3. Técnicas de concienciación corporal	Quecemento e estiramento. Hábitos posturais	3
4. Control do medo escénico	Técnicas de visualización e relaxación mental	2
5. Análise previo das obras e elaboración do plano de traballo	Tipos de memoria. Elaboración de rutinas produtivas	2
6. Superación da ansiedade escénica		3
Total de sesións por curso		16

5. Metodoloxía e Planificación Docente

TIPO DE ACTIVIDADE E DESCRICIÓN	HORAS PRESENCIAIS	HORAS NON PRESENCIAIS	TOTAL HORAS
Sesións teórico-prácticas: metodoloxía de ensino que implica a explicación dos exercicios, seguida da realización dos mesmos por parte do alumnado.	20	5	25
Clases colectivas: apoio e reforzo das aprendizaxes que o alumno e o grupo precisen para acadar os obxectivos propostos	20	5	25
Exposicións: avaliación dos coñecementos de acordo aos sistemas establecidos	6	0	6
Avaliación: proba teórico-práctica sobre os contidos recollidos na presente programación docente. A avaliación terá en conta o progreso mostrado polo alumnado. En ningún caso haberá un repertorio específico para esta materia, nin se organizarán audicións públicas específicas. A cualificación final será o resultado da media obtida nas diferentes partes da proba, debendo aprobarse todas e cada unha para dar por superada a materia	2	2	4
Total de sesións por cuadrimestre			60

6. Avaliación

FERRAMENTAS DE AVALIACIÓN	CRITERIOS DE AVALIACIÓN	COMPETENCIAS AVALIADAS	PONDERACIÓN
ORDINARIA			
AVALIACIÓN ORDINARIA (Con avaliación continua)			
Exame escrito	Sobre o desenvolto e explicado nas clases		40%
Actitude nas clases	Actitude participativa		60%
*As faltas de asistencia (3 faltas a clases de Cámara / Conxunto ou 4 faltas no resto das disciplinas) suporán a perda do dereito á avaliación continua. Cando isto aconteza, o profesor/a da disciplina actuará segundo o protocolo aprobado..			
AVALIACIÓN ORDINARIA (Convocatoria adiantada-Decembro-)			
Exame escrito	Sobre o desenvolvido e explicado nas clases	TODAS	100%
AVALIACIÓN ALTERNATIVA (*Para alumnado con perda da Avaliación continua)			
Exame escrito	Sobre o desenvolvido e explicado nas clases	TODAS	100%
EXTRAORDINARIA			
Exame escrito	Sobre o desenvolvido e explicado nas clases	TODAS	100%
ERASMUS			
Os/as alumnos/as oficiais que participen en programas de intercambio internacional, deberán aportar unha certificación dos créditos realizados e a cualificación obtida no centro de destino. En caso contrario deberán examinarse dos contidos establecidos para esta materia igual que os restantes alumnos/as oficiais. Si os contidos cursados no centro de destino non se corresponden cos desta programación, o departamento decidirá a forma de avaliar os contidos non realizados ou non superados.			
Os/as alumnos/as estranxeiros, participantes en programas de intercambio internacional, serán avaliados igual que os alumnos/as oficiais. No caso de non realizar un curso ou semestre completo, recibirán unha avaliación informativa e unha acreditación das horas lectivas realizadas.			

7. Alumnado con necesidades educativas especiais

DESCRICIÓN	CRITERIOS E PAUTAS
No marco do establecido no Real decreto lexislativo 1/2013, do 29 de novembro, polo que se aproba o texto refundido da Lei xeral de dereitos das persoas con discapacidade e da súa inclusión social, deberanse cumprir as disposicións vixentes en materia de promoción da accesibilidade.	Aqueles que estableza a Consellería competente en materia de Educación.

8. Bibliografía, materiais e documentos

- "Cómo tocar sin dolor. Tu cuerpo tu primer instrumento", Martín López, Tomás, Ed. Piles, 2015.
 "En forma: ejercicios para músicos", Sardá Rico, Esther, Ed. Paidós, 2011.
 "Técnica Alexander para músicos", García, Rafael, Ed. Ma Non Troppo, 2013.
 "El cuerpo del Músico", Rosset i Llobert, Jaume & Odam, George, Ed. Paidotribo, 2010.
 "La técnica Alexander", Brennan, Richard, Ed. Kairós, 2011.
 "A Tono. Ejercicios para mejorar el rendimiento del músico", Rosset Llobet, Jaume & Fàbregas Molas, Silvia, Ed. Paidotribo, 2005.