

ENSENYAMENTS ARTÍSTICS, TÍTOL SUPERIOR EN MÚSICA PLA DOCENT

ASSIGNATURA: **FORMACIÓ CORPORAL**
CURS: **2018/2019**
ESPECIALITAT: **INTERPRETACIÓ - JAZZ I MÚSICA MODERNA, INTERPRETACIÓ - FLAMENCO, PEDAGOGIA MUSICAL**
MATERIA: **INSTRUMENT / VEU**

DADES DE L'ASSIGNATURA

Tipus d'assignatura: **Obligatòria**

Duració: **Anual**

Crèdits ECTS de l'assignatura: **6.0 crèdits**

Valor total en hores: **180H**

Hores presencials: **30H**

Hores per a treballs dirigits (no presencials): **90H**

Hores per a l'aprenentatge autònom: **60H**

Professorat:

Per veure l'equip docent de l'assignatura per a Jazz i Música Moderna fes clic [aquí](#)

Per veure l'equip docent de l'assignatura per a Flamenco fes clic [aquí](#)

Per veure l'equip docent de l'assignatura per a Pedagogia musical fes clic [aquí](#)

PREREQUISITS I ORIENTACIONS PRÈVIES PER CURSAR L'ASSIGNATURA

Cap.

COMPETÈNCIES QUE ES DESENVOLUPEN A L'ASSIGNATURA

- Conèixer les implicacions pedagògiques i educatives de la música a diferents nivells.
- Demostrar capacitat per interactuar en qualsevol projecte musical.
- Coneixement de les característiques posturals i físiques que implica el propi instrument.
- Desenvolupar capacitats per a l'autoformació durant la vida professional.
- Conèixer les implicacions escèniques i desenvolupar aplicacions pràctiques.
- Conèixer i ser capaç de vincular la pròpia activitat musical a altres disciplines del pensament científic i humanístic, a les arts en general i a la resta de disciplines musicals en particular, enriquint l'exercici de la professió amb una dimensió multidisciplinària.

RESULTATS DE L'APRENTATGE

- Execució relaxada i anatòmicament correcta.

BLOCS TEMÀTICS

- Pràctica instrumental i vocal.
- Síntesi i domini de la tècnica instrumental i de l'actitud física.
- Desenvolupament d'un estil propi com a intèrpret i de la maduresa interpretativa.
- Hàbits i tècniques d'estudi, valoració crítica del treball.
- Control dels hàbits posturals correctes i de les tècniques de relaxació.
- Preparació per a la interpretació en públic com a solista o al costat d'altres intèrprets.
- Coneixement bàsic de la construcció, manteniment, comportament acústic i característiques del propi instrument.

ACTIVITATS D'APRENTATGE I ORGANITZACIÓ GENERAL DE L'ASSIGNATURA

L'objectiu específic de l'assignatura serà que l'alumne millori la seva consciència corporal, el seu rendiment musical, la prevenció de lesions i, per últim, augmentar la presència escènica. Per això, les classes tindran un caràcter principalment pràctic. A cada classe s'introduirà un nou concepte i es farà la pràctica corporal al voltant d'aquest.

L'aprenentatge es realitza a través de l'adquisició de coneixements i no del mimetisme. S'utilitzarà el recurs de la paraula, el toc o la imatge, així com pilotes i bandes elàstiques per mobilitzar, estabilitzar i corregir els cossos de forma individualitzada, i també per a un treball més autònom.

Durant el curs, i de manera progressiva, s'aniran afegint els següents conceptes teòrics i pràctics:

- Introducció dels coneixements bàsics sobre anatomia i biomecànica del cos. Columna vertebral i extremitats superiors.
- Aplicació de l'anatomia i la biomecànica a la interpretació musical.
- Lesions més comuns en els músics.
- Patrons respiratoris. Conèixer i experimentar els diferents patrons respiratoris i la seva aplicació al gest musical (especial interès per a instruments de vent i veu).
- Entrenament del cos: flexibilitat, enfortir, tonificar i equilibrar el cos.
- Adquirir l'hàbit de la cura i entrenament sistemàtic del cos a través de les eines que s'ofereixen a l'assignatura: escalfament, tonificació, estirament, higiene postural.
- Integrar el treball corporal i els seus resultats a la interpretació musical.
- Millorar la propiocepció i desenvolupar un sistema de consciència corporal: to muscular i alineació.
- Obtenir un patró postural i de moviment ideal per desenvolupar l'activitat artística en un marc de salut.
- Aplicació dels conceptes treballats a classe de forma individualitzada al gest instrumental.
- Promoure la salut, la higiene postural i la prevenció de lesions.

Alguns d'aquests conceptes es practicaran amb activitats diferents com: lectures, vídeos, dibuixar i colorir parts anatòmiques, debats, jocs, treball per parelles i treballs plàstics.

AVALUACIÓ ACREDITATIVA DE L'APRENTATGE

L'assistència serà obligatòria i s'avaluarà la participació i l'assimilació dels conceptes tractats a classe. Per completar la nota, l'alumne lliurarà un diari al final del semestre que anirà escrivint al final de cada classe.

- 30% avaluació continuada
- 30% assistència a classe*
- 20% participació a classe

- 20% diari

*L'assistència mínima per fer mitja és del 80%.

A aquells alumnes que no assisteixen al 80 % de les classes no se'ls podrà aplicar la mitja.

No es penalitzarà l'execució inexacta d'un exercici, ni la condició física de cada alumne o les limitacions que comporti. Es valorarà, per sobre de tot, la implicació i el compromís en les sessions i la progressió individual que s'experimenti a nivell físic.

FONTS D'INFORMACIÓ BÀSICA

Bibliografia

- Alexander, F.M. (1931), *El uso de sí mismo* (Ed.Urano, Barcelona, 1955).
- Calais Germain, B. (1994), *Anatomía para el movimiento. Tomo I* (La liebre de Marzo, Barcelona, 2ª edición, 2004).
- Calais Germain, B. (2006), *Anatomía para el movimiento. Tomo IV. La respiración* (La liebre de Marzo, Barcelona, 2009).
- Alcántara, Pedro de. Pedro de. *Indirect procedures, a Musician's Guide to the Alexander Technique* (Oxford University Press Inc., New York, 1997).
- Sardá, E. (2003) *En forma: ejercicios para músicos* (Paidotribo, Barcelona).
- Chamagne, P. (2002) *Eductation physique preventive pour les musiciens* (Fraça, Alexitère).
- Chamagne, P. (1996) *Prévention des troubles fonctionnels chez les musiciens* (Fraça, Alexitère).
- Bros, C. & Papillon, M. (2001) *La main du pianiste* (Fraça Alexitère).