

CONVOCATORIA OFICIAL CURSO 2023-24

CONVOCATORIA:	OFICIAL 1ª			
ASIGNATURA:	EXPRESION CORPORAL II			
PROFESOR-A:	FRANCISCO ALFONSIN SANCHEZ			
CONTENIDOS DE LA PRUEBA				
TEÓRICOS				PONDERACIÓN %
<p><u>Memoria de trabajo personal</u> Memoria reflexiva sobre la asignatura (relación de contenidos con ejercicios planteados, proceso de aprendizaje, relación técnica-creatividad...)</p> <p>* Es indispensable la entrega de los mismos para la realización de la Prueba Práctica.</p>				• 20
PRÁCTICOS				PONDERACIÓN %
<p>Bloque III:</p> <p><u>Integrador + Técnico-Creativo (Narrativa y Poética del Movimiento)</u></p> <p>1. Calentamiento personal. Realización coherente y eficaz. No se trata de repetir una secuencia de ejercicios aprendidos, sino de realmente dinamizar y activar las diferentes partes de tu cuerpo, atendiendo a tus propios límites y bloqueos.</p> <p>2. Slow Walking</p> <p>3. Acelerar-Decelerar</p> <p>4. Pre-MOV-Post (<i>Evolución desde relajación absoluta hasta la vertical-posición neutra</i>)</p> <p>1. Parte a parte (brazos, piernas, hombros, caderas, cabeza)</p> <p>2. Evolución a dos partes (evitando simetrías y no-lateralidad (<i>2 piernas, dos brazos, pierna y brazo derechos... etc.</i>))</p>				80%

3. Tres partes...

Definición de espiral en ascenso con el desarrollo de las tres direcciones que aparecen y definen la espiral hacia la vertical.

5. **Ojo-Tensión-Intención.** (Introducción de cada segmento gradual)

6. **Secuencia Dinámica.** Seguimiento de la estructura rítmica planteada /

- Marcha natural (2x8): Postura adecuada y alineada y nivel de implicación del centro de energía (estado mínimo de alerta y presencia)
- Marcha a 8 (4x8): Respeto de la estructura rítmica de la acción y un nivel superior de implicación del centro de energía (estado óptimo de alerta y presencia) - Marcha Tango (4x8): Respeto de la estructura rítmica de la acción y un nivel superior de implicación del centro de energía y enraizamiento / descenso del centro de gravedad/energía; paso previo a trabajar en diferentes niveles. - Marcha Mensajero (4x8): Exploración de límites comprometiendo el equilibrio / Definición de líneas de movimiento / Implicación "extrema" del centro de energía / Sentido del riesgo. Sin estructura rítmica definida.
- Salto a una pierna (2x8): Dinamización hacia el salto / Desarrollo de la capacidad de "muelle"
- Danza del Viento (8 tresillos): Dinamización del desplazamiento por el espacio. (Es el centro quien viaja, a través del espacio y de niveles) Respeto de la estructura rítmica de la acción.
- Descenso (4x8). Desarrollo de trayectorias en espiral. Cediendo a la gravedad / Exploración de acciones básicas de Laban "Sostenidas, flexibles/indirectas y ligeras/suaves".
- Suelo (4x8). Exploración de entradas y salidas de/a suelo, y relación con éste. / Guías de movimiento (cadera, brazo, pierna) / Desarrollo de la espiral ascendente Respiración.
- Ascenso (4x8): Desarrollo de trayectorias en espiral. Resistiéndose a la gravedad / Exploración de acciones básicas de Laban "Sostenidas, flexibles/indirectas y fuertes/pesadas".
- Explosión. (8 tiempos) En carrera.
- Inmovilidad Móvil o Parada tónica (8 tiempos)
(Cuerpos asimétricos, centro de gravedad fuera de eje, distribución del peso desigual entre ambas piernas...)
- Golpear: (8 golpes en redondas (cada 4 pulsos) / 8 golpes en blancas (cada 2 pulsos) / 16 golpes en negras (con el pulso)). Definición acción básica de Laban:
Directa, Súbita y Fuerte. Implicación de diferentes partes del cuerpo.
- Stop de 8 tiempos (Inmovilidad móvil/Parada Tónica)
- Sacudir (También llamada "Dar latigazos"): 8 en redonda (cada 4 pulsos) / 8 en blancas (cada 2 pulsos) / 16 en negra (con el pulso) Definición acción básica de Laban: Indirecta, Súbita y Suave. Punto de partida del latigazo en diferentes partes del cuerpo. - Stop de 8 tiempos (Inmovilidad móvil)
- Ritmo a 5: Respeto de la estructura de la acción.
Parte derecha del cuerpo. Punto fijo. Lateralidad.

<p>Parte izquierda del cuerpo. Punto fijo. Lateralidad. - <u>Futbolista-Ciclista-Director de Orquesta</u> / “Fiesta” (No soy yo quien baila, Es mi cuerpo el que baila) Segmentación simultánea. / Stops imprevistos y comprobación de posición suspendida y mirada / Reanudación alternando: velocidad mínima simultáneamente los tres “personajes”; Selección de uno de los segmentos manteniendo los otros dos suspendidos.</p> <p>(La vuelta al inicio será marcada por uno de los participantes transcurrido el tiempo pertinente)</p> <p>Estructura Secuencia Dinámica: 2 secuencias/rondas completas <i>con ritmo grupal</i>. Secuencia <u>individual</u> (Se respetará el orden de los elementos, pero no el número de sets de ochos dedicados a cada elemento) (Se iniciará a partir del segundo “Futb-Cicl-Dtor.”) (El alumnado evolucionará gradualmente hacia la siguiente fase) Secuencia <u>Improvisada</u>. (Se respetará sólo el diseño de cada elemento, sin tener en cuenta la estructura rítmica de 8s ni el orden de la secuencia) Evoluciona hacia la introducción de las secuencias creadas individualmente, <u>Técnico-Creativos</u> (Espiral+partitura/Narrativa+Poética del movimiento) Una primera ejecución de la secuencia espiral seguida de la partitura, para enlazar en improvisación intercalando ambas secuencias.</p> <p>7. Co-existencia (Sólo en caso de más de un participante) (Relación con el espacio-grupo) Interacciones: Elásticos y contrapesos Evolución hacia la co-existencia a 3, a 5 y hacia un final colectivo (Encuentros, Contrapesos y elásticos)</p> <p>Desarrollo de la prueba: Se ejecutará colectivamente y en el orden expuesto. (en el caso de que hubiera más de un participante. En caso de un sólo participante, seguirá el orden establecido obviando la relación grupal.)</p>	
---	--

CRITERIOS DE EVALUACIÓN	
TEÓRICOS	PONDERACIÓN Puntos
<p>Desarrolla teóricamente los elementos técnicos y expresivos empleados y desarrollados a lo largo del proceso de trabajo</p> <p>Relaciona los conceptos teóricos con la práctica de los ejercicios</p>	2 puntos
PRÁCTICOS	PONDERACIÓN 8 Puntos
Se evaluará el trabajo de manera técnica y en su grado de creatividad;	

