

PROGRAMA ACTIVIDAD CURRICULAR

Componentes	Descripción
Nombre del curso	Anatomía y Autocuidado.
Course Name	Anatomy & Self care
Código	ANAU232-305
Unidad académica/ organismo de la unidad académica que lo desarrolla	Facultad de Artes, Departamento de Danza.
Carácter	Semestral, Obligatorio
Número de créditos SCT	3
Línea de Formación	Formación Especializada (FE).
Nivel	Semestre Nº 3
Requisitos	Práctica y Teoría Corporal Contemporáneas 4
Propósito formativo	Actividad curricular de carácter teórico que aborda los temas de Anatomía del Aparato Locomotor, desde una perspectiva integrativa de las competencias desarrolladas en las áreas técnicas de la Danza y capacidades de análisis del movimiento del cuerpo humano. Relaciona la estructura anatómica con los conceptos de alineamiento, fuerza, resistencia, entrenamiento y progresión, integrando los fundamentos anatómicos con la fisiología y biomecánica en un todo coherente con la actividad dancística. Con estas herramientas se conecta el ámbito del autocuidado, para ejecutar la movilidad corporal y actividades de danza en un todo orgánico y sano.
Competencias específicas a las que contribuye el curso	1. Interpreta danza contemporánea
Sub-competencias específicas a las que contribuye el curso	1.1.1 Aplicando habilidades corporales a través de la exploración somática, kinética y técnicas del movimiento para ampliar su registro interpretativo.
Competencias genéricas transversales a las que contribuye el curso	<ol style="list-style-type: none"> 1. Capacidad autocrítica: examinar los procesos y resultados de las propias acciones y trabajos, siendo capaz de establecer tanto las propias fortalezas a mantener como las debilidades a superar, para regular sus acciones mediante una planificación orientada a la mejora. 2. Capacidad de expresión oral: expresarse oralmente, en lenguaje formal culto, abordando tópicos de la profesión, de la ciencia, de la sociedad y la ciudadanía (*).

Resultados de aprendizaje	<ol style="list-style-type: none"> 1. Describe de manera básica conceptos fundamentales de la anatomía descriptiva, topográfica y funcional del cuerpo humano. 2. Analiza elementos básicos del movimiento desde la perspectiva de la anatomía funcional. 3. Comprende la lógica en la prevención de las lesiones más habituales en la práctica de la danza.
Saberes / Contenidos	<ul style="list-style-type: none"> • Aspectos fundamentales de la histología músculo esquelética normal y patológica. • Conceptos fundamentales de la fisiología músculo esquelética. • Conceptos fundamentales de la anatomía descriptiva, topográfica y funcional del cuerpo humano. • Elementos básicos del movimiento desde la perspectiva de la anatomía funcional. • Vectores elementales en la prevención de las lesiones más habituales en la práctica de la danza. • Ejercicios y estrategias fundamentales para la prevención de las lesiones en la práctica de la danza.
Metodologías	<ul style="list-style-type: none"> • Seminarios teóricos en base a exposiciones en power point. • Análisis reflexivo grupal de los elementos teóricos planteados. • Trabajo en base resolución de problemas de la práctica de la danza. • Desarrollo de mapas conceptuales.
Evaluación	La nota final se promedia en base a 3 Certámenes teóricos, 2 Presentaciones en pareja y el promedio de controles (6 notas en total, de igual valor porcentual cada una)
Requisitos de aprobación	La asistencia mínima de ésta actividad curricular es de 85%, siguiendo los artículos 6, 7 ,8 y 9 del Reglamento de la carrera. El Estudiante debe presentarse a examen, siguiendo lo estipulado en el artículo 10, pudiendo aprobar con la nota mínima de 4,0.
Palabras clave	Anatomía funcional. Alineación. Centro de Peso. Fuerza. Elasticidad. Resistencia. Prevención de las lesiones más habituales en la práctica de la danza.
Bibliografía obligatoria	Kapandji Fisiología Articular Tomo I, II y III
Bibliografía complementaria	Netter. Atlas de Anatomía Humana ; Gray anatomía para estudiantes