Artes | Escuela de Pregrado Facultad de Artes Universidad de Chile

PROGRAMA ACTIVIDAD CURRICULAR

Componentes	**Descripción**
Nombre del curso	Anatomía y Autocuidado.
Course Name	
Código	ANAU232-305-1
Unidad académica/ organismo de la unidad académica que lo desarrolla	Facultad de Artes, Departamento de Danza.
Carácter	Semestral, Obligatorio
Número de créditos SCT	
Línea de Formación	Formación Especializada (FE).
Nivel	Semestre Nº 5
Requisitos	Práctica y Teoría Corporal Contemporáneas 4
Propósito formativo	Actividad curricular de carácter teórico práctico 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	2.- Capacidad crítica: examinar objetos conceptuales y situaciones a partir de criterios teóricos, metodológicos e ideológicos, proponiendo interpretaciones fundadas y juicios evaluativos (*).

	3.- 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. 4.- Compromiso ético: Evidenciar una conducta consistentemente sujeta a valores, con especial consideración a los valores propios de los derechos humanos y de la ciudadanía, y la deontología de la propia profesión, siendo capaz de razonar y decidir éticamente conforme a principios transcendentes(*). 5.- Valoración y respeto por la diversidad y multiculturalidad: reconocer, comprender y aceptar las diferencias, valorándolas y aprendiendo de ellas para enriquecer su participación, compromiso y aporte a los derechos de toda persona y al desarrollo armónico y respetuoso de la sociedad. 7.- Capacidad de expresión oral: expresarse oralmente, en lenguaje formal culto, abordando tópicos de la profesión, de la ciencia, de la sociedad y la ciudadanía (*). 8.- Capacidad de expresión escrita: expresarse por escrito, en lenguaje formal culto, abordando tópicos de la profesión, de la ciencia, de la sociedad y la ciudadanía(*
Resultados de aprendizaje	1. Reconoce y valora los aspectos esenciales de las alineaciones anatómicas para una práctica segura. 2. Aplica las conexiones globales para un diálogo coordinado entre el centro y la periferia facilitando una postura dinámica. 3. Desarrolla las cualidades físicas condicionantes (fuerza, resistencia, flexibilidad, potencia). Reconoce los procesos mecánicos y perceptivos de la respiración para la asistencia en la movilidad, estabilidad y resistencia corporal.
Saberes / Contenidos	● Alineaciones anatómicas ● Postura dinámica (modulación tónica) ● Conexiones globales (centro-periferia, homólogo, homolateral, contralateral) ● Cualidades físicas condicionantes (fuerza, resistencia, potencia y flexibilidad) ● Respiración

	Osteología, miología y artrología del eje axial y tren inferior. Funciones: Postura, locomoción y mecánica ventilatoria.
Metodologías	Curso práctico-teórico, con carácter individual, que integra contenidos anatómicos y biomecánicos a través de prácticas ligadas al acondicionamiento físico, con énfasis en el autocuidado corporal ● Experiencias prácticas individuales y grupales con análisis reflexivo. ● La problemática como estrategia didáctica. ● Descubrimiento guiado. ● Observación y análisis de movimiento.
Evaluación	Tipos de evaluación: ● Evaluaciones teóricas escritas ● Evaluación oral ● Evaluación integradora
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 los estipulado en el artículo 10, pudiendo aprobar con la nota mínima de 4,0.
Palabras clave	Anatomía. Autocuidado. Propiocepción. Alineación Dinámica. Coordinación. Respiración. Centro de Peso. Fuerza. Elasticidad. Resistencia.
Bibliografía obligatoria	● Busquet, L. *Las cadenas fisiológicas*. Tomo II. Editorial Paidotribo, Barcelona 2012. ● Calais-Germain, B. *Anatomía para el movimiento*. Tomo I. Editorial La Liebre de Marzo S.L, Barcelona 2010. ● Calais-Germain, B. Y Lamotte, A. *Anatomía para el movimiento*. Tomo II. Editorial La Liebre de Marzo S.L, Barcelona 2014. ● Calais-Germain, B. *La respiración. Anatomía para el movimiento*. Tomo IV. Editorial La Liebre de Marzo S.L, Barcelona 2011. ● Feldenkrais, M. Autoconciencia por el movimiento. Ejercicios para el desarrollo personal. Editorial PAIDOS, Buenos Aires 1980.
Bibliografía complementaria	