

PROGRAMA ACTIVIDAD CURRICULAR

Componentes	Descripción
Nombre del curso	Proyecto de Entrenamiento
Course Name	Training Project
Código	PENT232-510
U n i d a d a c a d é m i c a / organismo de la unidad académica que lo desarrolla	Departamento de Danza, Facultad de Artes, Universidad de Chile
Carácter	Semestral – Obligatorio
N ú m e r o d e créditos SCT	3 créditos – 81 horas docentes (3 presencial / 1,5 no presencial)
L í n e a d e Formación	Formación Especializada (FE)
Nivel	X Semestre (II Semestre – Ciclo Especializado: Intérprete con mención en Danza)
Requisitos	Seminarios Corporales – Seminarios de Técnicas Contemporáneas I
P r o p ó s i t o formativo	Actividad curricular en la cual se articula una práctica personal de preparación física a partir de los intereses del/de la estudiante. Se concibe como un acompañamiento guiado que apoye el autoconocimiento corporal para fortalecer y posibilitar el desarrollo metodológico de estrategias tanto de autocuidado, como de potenciar las habilidades adquiridas durante su trayecto formativo

Competencias específicas a las que contribuye el curso	Competencia 1.2: Propone soluciones creativas a los desafíos interpretativos en distintos contextos artísticos.
S u b - competencias específicas a las que contribuye el curso	1. Construyendo una propuesta corporal original de acuerdo al proceso creativo y contexto artístico. 2. Colaborando creativamente con sus pares en procesos artísticos.
Competencias g e n é r i c a s 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. 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. 6.- Capacidad de trabajo en equipo: participar activamente, de manera responsable y colaborativa en funciones encomendadas con integrantes del equipo para el logro de objetivos comunes.
Resultados de aprendizaje	Conciencia de tendencias personales en el trabajo artístico. Potenciar sus capacidades corporales y el auto cuidado.

S a b e r e s / Contenidos	I Entrenamiento - . Potencial Interpretativo - . Capacidades fisiológicas de la actividad psicomotriz - . Que es un entrenamiento, elementos fundamentales para establecer una estructura básica de un entrenamiento; - . Estrategias de logro para la optimización del registro interpretativo individual. - Factores limitantes II Organización del Movimiento - . En relación a la organización del movimiento, (biomecánica): Tipo de contracción muscular-modelo de movimiento-región del cuerpo - movimiento-velocidad - movimiento-fuerza - Movimiento- flexibilidad - Movimiento alineación
Metodologías	Se desarrollará un trabajo guiado a cada estudiante, atendiendo y dando soporte a las necesidades individuales de cada una, para construir un entrenamiento que contribuya a su trabajo interpretativo. Se trabajará con investigación personal, lectura, visualización, puesta en práctica, exposiciones y escritura.
Evaluación	Durante el recorrido del curso se realizarán 2 evaluaciones y un examen final en el cual se realice la presentación de un entrenamiento personal que contemple los intereses demostrados por el estudiante durante el semestre. El profesor/a encargado/a podrá poner en práctica su propio modo de evaluar durante el semestre abordando las necesidades específicas de cada estudiante.

Requisitos de aprobación	Según Decreto Exento 6676 en cuanto asistencia (artículos 7°, 8° y 10°) y nota (artículos 11°, 12° y 14°), esto es: 1. Asistencia mínima 85% para aprobar (artículo 7°) 2. Nota de aprobación 4,0 (artículo 14°), salvo problemas de asistencia justificados de acuerdo con el artículo 8° 3. Dar examen práctico obligatorio (acorde al artículo 10°)
Palabras clave	Conciencia, autocuidado, potenciar, observación, retroalimentación, reflexión, exploración, verbalizar, teorizar.
Bibliografía obligatoria	Calais-Germain, B. Y Lamotte, A. <i>Anatomía para el movimiento</i>. Tomo I. Editorial La Liebre de Marzo. Barcelona 2014. Calais-Germain, B. Y Lamotte, A. <i>Anatomía para el movimiento</i>. Tomo II. Editorial La Liebre de Marzo. Barcelona 2014.
Bibliografía complementaria	Massó Ortigosa Núria. El cuerpo en la danza Clippinger Karen. Anatomía y cinesiología de la danza. (Paidotribo)