

## PRONTUARIO

<b>TÍTULO:</b>	Análisis de movimiento
<b>CODIFICACIÓN:</b>	DAN 207
<b>PRERREQUISITO:</b>	N/A
<b>CRÉDITOS:</b>	3 créditos   60 horas contacto   1 término

### DESCRIPCIÓN

Curso práctico enfocado en un acercamiento somático al estudio del movimiento. El cuerpo del bailarín/a es un organismo vivo, donde las dinámicas de movimiento están informadas por lo anatómico, patrones de movimientos, vivencias personales y el contexto cultural. Se desarrollan destrezas de observación, interpretación y análisis de movimiento a través de la improvisación y la composición. El curso se nutre de la Técnica Alexander, el Método de Feldenkrais, los *Bartenieff Fundamentals*, así como el sistema de *Laban-Bartenieff Movement Analysis* (LBMA) entre otros métodos que promueven el uso consciente del cuerpo, para el bienestar y la eficiencia. El/la estudiante aprende distintas prácticas, desde las cuales se estudia a sí mismo(a) con el fin de desarrollar su investigación creativa y explorar nuevas maneras de ser y estar en el mundo.

### JUSTIFICACIÓN

Un acercamiento somático y fundamentado en sistemas de análisis de movimiento sirve para generar la conciencia espacial, la prevención de lesiones y abre la puerta al campo de la danza terapia, disciplinas somáticas y holísticas. El análisis de movimiento es una destreza importante en el desarrollo creativo de bailarines, coreógrafos, futuros maestros e investigadores en el campo de la danza. Este entrenamiento práctico se nutre de corrientes conceptuales que apoyan la búsqueda individual en la improvisación y la coreografía. El conocimiento fundamental sobre los sistemas del cuerpo y sus funciones se conectan directamente al bienestar. La energía, la dirección, la forma, el tiempo y uso eficiente del cuerpo y la intención son elementos básicos del aprendizaje en el curso. Al profundizar en estas modalidades los y las estudiantes podrán innovar en su conexión personal, su ejecución (*performance*) y ofrecer retroalimentación de forma clara y precisa al compartir las experiencias del curso.

### COMPETENCIAS

El curso desarrolla en el o la estudiante las siguientes competencias:

- **Comunicación**

- **Cuestionamiento crítico**
- **Investigación y exploración**
- **Innovación y emprendimiento**

## **OBJETIVOS**

Al finalizar el curso el o la estudiante será capaz de:

1. Implementar acercamientos somáticos al estudio del movimiento.
2. Cultivar destrezas de observación, documentación y análisis de movimiento.
3. Profundizar en su desarrollo como movedor-creador y trabajar el *active-listening*.
4. Colaborar en la experiencia de percepción y ejercicios creativos junto a otros estudiantes.
5. Demostrar habilidad para documentar y analizar el estudio del movimiento de manera escrita, verbal y no-verbal.
6. Demostrar el uso adecuado de la terminología del curso.
7. Incorporar fundamentos de análisis de movimiento para estudiar, movimiento cotidiano, coreografías y performances.
8. Utilizar información sobre el cuerpo para identificar, prevenir y manejar lesiones manteniendo una práctica saludable.
9. Desarrollar su creatividad e innovar en su capacidad de improvisar y componer.
10. Demostrar seguridad al momento de ejecutar movimientos cortos y combinaciones largas. El conocimiento de sí mismo como bailarín/a es rico en presencia y sensibilidad artística.

## **CONTENIDO**

- I. Acercamientos somáticos: trasfondo y aplicación
  - A. Estudio del cuerpo, sus partes, la interconectividad de los sistemas y la iniciación del movimiento
    1. Técnica Alexander: *poise, use of the self, primary control*, inhibición de hábitos, etc.
    2. *Body Mind Centering*: desarrollo humano, respiración celular, *navel radiation, etc.*
    3. Método de Feldenkrais: *awareness through movement*, auto-organización, patrones de movimiento, etc.
    4. *Skinner Release Technique*: cabeza- cóccix, *imagery work*, estados profundos meditativos, y *release, etc.*
- II. Fundamentos de Bartenieff y Labanalsis: trasfondo y aplicación
  - A. Estudio del cuerpo en relación con principios de LBMA
    1. Kinesfera

- a. Niveles
  - b. Extensión
  - c. Dimensiones
  - d. Direcciones: periférica, central, transversal
  - 2. Forma (*Shape*):
    - a. Estáticas (*Shaped Forms*)
    - b. Cualidades de movimiento (*Shaping qualities*)
  - 3. Esfuerzo (*Effort*)
    - a. Peso / Energía / Fuerza (*Weight*)
    - b. Flujo de Energía (*Flow*)
    - c. Acciones Básicas (*Action Drives*)
- III. Exploraciones creativas:
- A. Ejercicios de improvisación
  - B. Ejercicios de composición
  - C. Ejercicios de notación
  - D. Ejercicios de análisis de movimiento: observación y ejecución
  - E. Ejercicios colaborativos
  - F. Ejercicios interdisciplinarios: uso de tecnología
- IV. Proyecto creativo integral

## METODOLOGÍA

Se recomiendan las siguientes estrategias de la metodología de aprendizaje activo:

- Ejercicios de laboratorio (improvisación, scores, etc.)
- Ejercicios de investigación creativa
- Documentación: escritura automática, bitácoras, videos
- *Case Studies*: frases de movimiento y coreografías cortas
- Discusión en clase de textos asignados
- Diálogos participativos y crítica constructiva
- Trabajo colaborativo e interdisciplinario
- Asistir a un taller o clase privada de modalidad asignada

## EVALUACIÓN

Participación	30%
Experiencia de inmersión	20%
Trabajos parciales	30%
Proyecto (o Examen final)	<u>20%</u>
<b>TOTAL</b>	<b>100%</b>

## AVALÚO DEL APRENDIZAJE

Se aplica la rúbrica de avalúo institucional a la actividad central del curso.

## BIBLIOGRAFÍA

- A., V. D. (2015). *The body keeps the score: Brain, mind, and body in the healing of trauma*. New York: Penguin Books.
- Alon, R. (1996). *Mindful spontaneity: Lessons in the Feldenkrais method*. Berkeley, CA: North Atlantic Books.
- Bartenieff, I., & Lewis, D. (1980). *Body movement coping with the environment*. New York: Gordon and Breach Science Publishers.
- Billingham, L. A. (2008). *The Complete Conductor's Guide to Laban Movement Theory*. Chicago, Illinois: GIA Publications.
- Cohen, B. B., Nelson, L., & Smith, N. S. (2012). *Sensing, feeling, And action: The experiential Anatomy OF BODY-MIND CENTERING®*. Northampton, MA: Contact Editions.
- Fernandes, & Miranda, R. (2015). *The moving Researcher: LABAN/BARTENIEFF movement analysis in performing arts education and creative arts therapies*. London: Jessica Kingsley.
- Gelb, M. (2011). *Body learning an introduction to the Alexander technique*. London: Aurum Press.
- Gilmore, R. (2010). *What every dancer needs to know about the body: A workbook of body mapping and the Alexander Technique*. Chicago, IL: GIA Publications.
- Goodill. (2005). *An introduction to medical dance/movement therapy: Health care in motion*. London: Jessica Kingsley.
- Hackney, P. (2002). *Making connections: total body integration through Bartenieff fundamentals*. New York: Routledge.
- Hartley. (2008). *Wisdom of the body moving: An introduction to body-mind centering*. Berkeley, CA: North Atlantic Books.
- Hay, D. (2000). *My body, the Buddhist*. Hanover, NH: Wesleyan University Press.
- Hobson, W. (1997), *Releasing Sensibilities: Joan Skinner in conversation with Gaby Agis*, in *Dance Theatre Journal*, Volume 13 No.3, Spring 1997.

Holmes, B. T. (1980). *The Feldenkrais LESSONS: Awareness through movement*.

Evanston, IL: Haven.

Johnson. (2012). *The art of listening: Intuition & improvisation in choreography*.

Waco, TX: TSTC Pub.

Laban, R. (1970). *Principles of dance and movement notation*. Brooklyn, NY: Dance Horizons.

Longstaff, J. S. (2007). Overview of Laban Movement Analysis & Laban Notation.

Retrieved from

[http://www.labananalyses.org/labana\\_analysis\\_reviews/labana\\_analysis\\_notation/overview/summary.htm](http://www.labananalyses.org/labana_analysis_reviews/labana_analysis_notation/overview/summary.htm)

Louppe. (1994). *Traces of dance: Drawings and notations of choreographers*. Paris: Dis Voir.

ONO, Y. (2018). *YOKO ono: Everything in the universe is unfinished*. Place of publication not identified: ARTBOOK D A P.

Sandahl, C., & Auslander, P. (2005). *Bodies in commotion: Disability and performance*. Ann Arbor, MI: University of Michigan Press.

Tsachor, R. P., & Shafir, T. (2017). A somatic movement approach to fostering emotional resiliency through Laban Movement Analysis. *Frontiers in human neuroscience*, 11, 410. Recuperado de

[https://www.frontiersin.org/articles/10.3389/fnhum.2017.00410/full\\_agosto\\_2019](https://www.frontiersin.org/articles/10.3389/fnhum.2017.00410/full_agosto_2019)

Wahl, C. (2019). *Laban/Bartenieff movement STUDIES: Contemporary applications*.

Champaign, IL: Human Kinetics.

REVISTAS

American Journal of Dance Therapy

Body, Movement and Dance in Psychotherapy

## RECURSOS DIGITALES

[www.feldenkrais-education.com](http://www.feldenkrais-education.com)

[www.bodymindcentering.com](http://www.bodymindcentering.com)

[www.skinnerreleasing.com](http://www.skinnerreleasing.com)

[www.labaninstitute.org](http://www.labaninstitute.org)

[www.alexandertechniqueinternational.com](http://www.alexandertechniqueinternational.com)

[www.movementresearch.org](http://www.movementresearch.org)

<https://adta.org> (American Dance Therapy Association)

Puede encontrar más recursos de información relacionados a los temas del curso en la página de la biblioteca <http://biblioteca.sagrado.edu/>

## ACOMODO RAZONABLE

Para obtener información detallada del proceso y la documentación requerida, debe visitar la oficina correspondiente. Para garantizar igualdad de condiciones, en cumplimiento de la Ley ADA (1990) y el Acta de Rehabilitación (1973), según enmendada, todo estudiante que necesite servicios de acomodo razonable o asistencia especial deberá completar el proceso establecido por la Vicepresidencia de Asuntos Académicos.

## INTEGRIDAD ACADÉMICA

Esta política aplica a todo estudiante matriculado en la Universidad del Sagrado Corazón para tomar cursos con o sin crédito académico. Una falta de integridad académica es todo acto u omisión que no demuestre la honestidad, transparencia y responsabilidad que debe caracterizar toda actividad académica. Todo estudiante que falte a la política de honradez, fraude y plagio se expone a las siguientes sanciones: recibirá nota de cero en la evaluación y/o repetición del trabajo en el seminario, nota de F(\*) en el seminario: suspensión o expulsión según se establece en el documento de Política de Integridad Académica con fecha de efectividad de noviembre 2022.