



Dirección Xeral de Educación, Formación Profesional e Innovación Educativa
REDE DE CONSERVATORIOS DE MÚSICA E DANZA DE GALICIA

MD85PRO01

Programación

Modelo. Programación. MD85PRO01. 01/09/2017. 1





Índice

1.	Introdución.....	3
2.	Metodoloxía.....	3
3.	Atención á diversidade.....	3
4.	Temas transversais.....	3
	4.1 Educación en valores.....	3
	4.2 Tratamento das tecnoloxías da información e da comunicación (TIC´s).....	3
5.	Actividades culturais e de promoción das ensinanzas.....	3
6.	Secuenciación do curso.....	3
	6.1 Curso:.....	4
7.	Procedementos de avaliación e seguimento da programación didáctica.....	5
8.	Procedementos para realizar a avaliación interna do departamento.....	5
9.	ANEXOS.....	6
	9.1 Probas de acceso 1º de grao profesional.....	6
	9.2 Probas de acceso a outros cursos.....	6
	9.3 Criterios para a obtención dos premios fin de grao.....	6





1. **Introdución**

- **O PROGRAMA DE PREVENCIÓN DE LESIÓNS no ámbito das artes escénicas, procura a sistematización dos coñecementos referidos ao ser humano, na súa organicidade biolóxica, tanto desde unha perspectiva xeral, común a outros seres humanos, como desde unha perspectiva específica, na que a estrutura corporal se pon en funcionamento ao servizo da creación artística.**
- **Esta materia está construída, por coñecementos procedentes da anatomía descritiva e da anatomía funcional, da fisioloxía e da biomecánica.**
- **En consecuencia, todos os coñecementos adquiridos están destinados a permitir mellorar o rendemento da entidade corporal nos procesos de creación e comunicación artística e prever a aparición de patoloxías.**
- **Cómpre, nesa dirección, prestar especial atención á corrección de malos hábitos (posturais, vocais, alimentarios) e promover a consolidación de hábitos saudables.**
- **As artes escénicas, en todas as súas manifesta-cións, implican un considerable grao de actividade motora, polo que se fai necesario un coñecemento moi asentado a respecto da xeración e produción do movemento, así como da adaptación do ser humano ás leis da biomecánica .**
- **A ferramenta do artista que canta, interpreta, baila ou actúa vai ser o corpo, en todas as súas vertentes: mente, emoción, voz, movemento. Por iso, o alumnado debe coñecer, experimentar e integrar harmonicamente esa ferramenta tan poderosa e fráxil e mais ser consciente do do seu corpo, do seu funcionamento, das súas relacións e das súas leis físicas e anatómicas.**
- **O alumnado debe ser quen de mostrar unha ampla capacidade de análise da súa motricidade e da organicidade desta, prestando especial atención aos hábitos corporais vinculados cos aparellos locomotor, cardiorrespiratorio e fonador que máis poden incidir na mellora da saúde e na prevención de lesións e enfermidades asociadas ao traballo. Q perfil psicolóxico do músico, tendente ao individualismo e á competitividade, as altas esixencias psicolóxicas do traballo no escenario, afectan ao músico e tamén aos traballadores/as de postos cos que interacciona o músico habitualmente.**

***Diferentes estudos nos que se realizaron intervencións con programas de promoción da saúde e prevención de lesións, especificamente para músicos na súa etapa de formación, deron como resultado unha actitude máis activa fronte ao seu estado de saúde. Ditos programas están enfocados a ampliar os coñecementos respecto aos problemas médicos máis comúns e brindarlles estratexias preventivas para evitar lesións, permitíndolles desenvolver una capacidade de avaliar os riscos potenciais da súa actividade diaria.**

Con esta materia optativa, se pretende acadar o mesmo obxectivo.





2. Metodoloxía

.Estará baseada na observación directa da evolución do alumnado, dos exercicios na aula e na análise dos coñecementos adquiridos a través dos traballos de campo e os tests.

3. Atención á diversidade

***Alumnos con altas capacidades, dificultade de aprendizaxe e dificultades de adaptación, así como aquel alumnado procedente de outros países será atendido segundo as súas características particulares**

4. Temas transversais

***No caso de padecer algunha patoloxía previa á matriculación na optativa que nos ocupa, será de utilidade dispoñer dos informes sobre o diagnóstico das patoloxías de cada un dos matriculados, para telas en conta no desenvolvemento das clases.**

***O alumnado que tivera ou teña algún tipo de lesión , deberá comunicalo á docente.**

***A comunicación cos/as terapeutas, si é o caso, será unha prioridade .**

***O alumnado que tivera ou teña algún tipo de lesión , deberá comunicalo á docente.**

***A comunicación cos/as terapeutas, si é o caso, será unha prioridade .**

4.1 Educación en valores

***Mostrar una actitude de respecto ante la asignatura e ante os propios**

compañeiros: puntualidade, hixiene, silencio, atención, etc. É un dos obxectivos principais.

Debido á directa implicación do traballo corporal e mental na aprendizaxe instrumental, haberá unha fluida comunicación do docente encargado do programa de prevención ,cos respectivos titores/as, destacando os valores de tolerancia e respecto nos exercicios individuais e de grupo.

EDUCACION PARA A SAUDE E A CALIDADE DE VIDA:

A través desta materia se desenrolarán hábitos que influirán positivamente na saúde xeral do alumnado e na saúde como instrumentistas.





4.2 Tratamento das tecnoloxías da información e da comunicación

(TIC´s)

Se empregarán formatos Power-Point para a explicación teórica dos contidos así como a visualización de vídeos de anatomía e biomecánica, actuacións en directo de profesionais do sector, e traballos audiovisuais relacionados..

5. Actividades culturais e de promoción das ensinanzas

6. Secuenciación do curso

6.1 Curso único: 6º

Obxectivos:

* Coñecer a anatomía básica e os movementos anatómicos en diferentes especialidades instrumentais.

así coma unha terminoloxía axeitada para mnexar os contidos de todo o curso.

*Mostrar una actitude de respecto ante la asignatura e ante os propios compañeiros: puntualidade, hixiene, silencio, atención, etc.

*Coñecer os principios básicos da anatomía e biomecánica

*Coñecer os beneficios que ten o exercicio físico para o instrumentista

*Recoñecer os factores que poden levar ao padecemento dunha lesión

*Aprender a programar rutinas de entramento persoal e aplicado

*Coñecer as bases anatómicas do movemento

*Saber identificar os síntomas previos ás lesións, co fin de non permitir o seu avance.

* Valorar o corpo e a mente para utilizar con seguridade a técnica y poder concentrarse na audición e interpretación.

*Actuar en público con autocontrol, dominio da memoria y capacidade comunicativa.

*Ademáis, deberá procurar:





- *Adquirir conciencia corporal.**
- *Adoptar a postura correcta ante o instrumento.**
- *Promover hábitos de vida e posturais saudables.**
- *Adquirir técnicas que permitan previr molestias e futuro.**

6.1.1 Contidos

1º TRIMESTRE:

- *Paralelismos entre o entreno deportivo e musical**
- *Respiración: anatomía do movemento respiratorio.**
- *Bases de anatomía en relación co movemento.**
- *Planos biomecánicos**
- *Movemento estático y dinámico.**
- *Equilibrio e propiocepción.**
- *A importancia de manter unha boa postura**
- *Columna vertebral alineación y mobilización**
- *Columna vertebral-mobilización da pelvis**
- *Equilibrio corporal**
- Abdómen**
- Espalda**
- Hombros**
- Brazos**

2º TRIMESTRE:

- * Conceptos básicos de anatomía e biomecánica do movemento no músico.**
- *Aprendizaxe dos conceptos:**
- Equilibrio / Alineación**
- Estiramiento / Fortalecemento / Relaxación**
- Práctica de diferentes secuencias posturais para traballar os distintos segmentos corporais.**
- Aprendizaxe de secuencias posturais específicas antes / despois da práctica instrumental.**
- Desenrolo de técnicas de respiración consciente e relaxación.**
- A actividade do músico**
- Partes do entreno: resistencia, flexibilidade, forza, equilibrio, etc.**
- O quencemento: importancia para o músico**
- Quencemento xeral e específico**
- Cómo aumentar o rendemento do noso corpo**

3º TRIMESTRE:

Lesiones máis comúns entre os músicos: causas y tipos





Movimentos repetitivos e :profesións de risco
Prevención de lesiones-conceptos basicos
Análise de traballos de investigación publicados
A ansiedade e a súa relación coa tensión muscular
A presión escénica e os roles instrumentais(solista,cámara,orquestra,etc.)
O papel da relaxación na práctica instrumental.
Técnicas básicas de relaxación muscular.

6.1.2 Avaliación

6.1.3 Procedementos e ferramentas de avaliación

PROCEDEMENTOS DE AVALIACION E SEGUIMIENTO:

Procedementos de avaliación e seguimento da programación didáctica

1. Avaliación de diagnóstico ou inicial

Ao ser unha materia nova, sin coñecementos previos, haberá un sondeo dos coñecementos que o alumnado ten dos contidos da programación.

O diario de clase será un instrumento esencial para avaliar os progresos. Así mesmo, será un elemento de referencia para a información ás familias.

No diario de clase rexistraranse os contidos e obxectivos xerais do curso e a temporalización semanal dos mesmos. Tamén se incluírá unha avaliación por parte do profesorado e unha autoavaliación por parte do alumnado de cada unha das sesións.

2.Avaliación continua ou de progreso

Cada alumno/a ten un ritmo de aprendizaxe diferente, polo que este tipo de avaliación faise especialmente importante para seguir moi de cerca os progresos e problemas así como para descubrir cales son os mecanismos de aprendizaxe e dirixilas a actividades de aprendizaxe conforme as necesidades individuais.

Prestarase unha especial atención á autoanálise (como unha vía para "aprender a aprender"). Estas actividades permiten a aplicación duns contidos xerais, e a autoavaliación e coavaliación que complementan o proceso de aprendizaxe e darlles unha visión máis axeitada sobre o rendemento do alumnado.

Unha vez detectados os puntos de facilidade da aprendizaxe máis evidentes, descubriranse as dificultades para facer unha avaliación constante.





6.1.4 Criterios de cualificación

O resultado do proceso de cualificación de cada avaliación expresarase con cualificacións numéricas, en escala do 1 o 10, de valor informativo nos dous primeiros trimestres, dado que o proceso de avaliación é continuo, e de carácter final no terceiro trimestre.

O valor numérico da nota do terceiro trimestre será a nota media dos tres trimestres anteriores, separando así a nota final da nota do terceiro trimestre, e atendendo deste xeito ao carácter de avaliación continúa do proceso de aprendizaxe.

6.1.5 Criterios para a concesión de ampliación de matrícula

No procede, por seren o derradeiro curso do grao profesional

Criterios de avaliación

Coñecer a anatomía e biomecánica básica do corpo humano

Identificar o grao de tensión muscular exercida durante a práctica instrumental diaria

Elaborar unha rutina de quencemento personalizado, segundo a especialidade correspondente, co fin de aumentar o rendemento instrumental, tendo ao profesor/titor como colaborador no proceso

Recoñecer os beneficios que proporcionan o quencemento e os alongamentos ao inicio e ao remate da xornada de estudo, respectivamente

Ser capaz de recoñecer e diferenciar os obxectivos de cada grupo de exercicios

Coñecer os diferentes tipos de lesións músculo-esqueléticas típicas das profesións con movementos repetitivos

Elaborar traballos que teñan como base calqueira dos contidos da materia

Coñecer recursos necesarios para manter unha postura sana

*Mínimos esixibles

Coñecer a anatomía e biomecánica básica do corpo humano

Identificar o grao de tensión muscular exercida durante a práctica instrumental diaria





Elaborar unha rutina de quencemento personalizado, segundo a especialidade correspondente, co fin de aumentar o rendemento instrumental, tendo ao profesor/titor como colaborador no proceso

Coñecer recursos necesarios para manter unha postura sana

Procedementos e ferramentas de avaliación

1. Avaliación de diagnóstico ou inicial

Ao ser unha materia nova, sin coñecementos previos, haberá un sondeo dos coñecementos

que o alumnado ten dos contidos da programación, xa que de esto dependerá á futura comprensión dos contidos.

O diario de clase será un instrumento esencial para avaliar os progresos. Así mesmo, será un elemento de referencia para a información ás familias. No diario de clase rexistraranse os contidos e obxectivos xerais do curso e a temporalización semanal dos mesmos. Tamén se incluírá unha avaliación por parte do profesorado e unha autoavaliación por parte do alumnado de cada unha das sesións

2. Avaliación continua ou de progreso

Cada alumno/a ten un ritmo de aprendizaxe diferente, polo que este tipo de avaliación faise especialmente importante para seguir moi de cerca os progresos e problemas así como para descubrir cales son os mecanismos de aprendizaxe e dirixilas a actividades de aprendizaxe conforme as necesidades individuais.

Prestarase unha especial atención á autoanálise (como unha vía para “aprender a aprender”). Estas actividades permiten a aplicación duns contidos xerais, e a autoavaliación e coavaliación que complementan o proceso de aprendizaxe e darlles unha visión máis axeitada sobre o rendemento do alumnado.

Unha vez detectados os puntos de facilidade da aprendizaxe máis evidentes,





descubriranse as dificultades para facer unha avaliación constante.

O diálogo entre o alumnado e o profesorado é primordial.

Avaliarase tamén o crecemento anímico e comunicativo do alumnado, xa que todos estes elementos inciden directamente nos resultados.

3. Avaliación final

Será neste tipo de avaliación onde se comprobren se os/as alumnos/as ,acadaron os contidos e obxectivos mínimos, e onde se analice a regularidade da aprendizaxe.

Teranse en conta a participación como intérprete nun mínimo de dúas actividades de aprendizaxe por curso.

Procedementos de avaliación

Observación individual do aprendizaxe mostrado nas sesións semanais de clase, atendendo a aspectos como a comprensión,adquisición de conceptos, participación activa, corrección e autocorrección

Procedementos de avaliación

Observación individual do aprendizaxe mostrado nas sesións semanais de clase, atendendo a aspectos como a comprensión,adquisición de conceptos, participación activa, corrección e autocorrección

Medios e instrumentos:

A. Diario de Aula 50 %

B. Traballos entregados. 50 %

Criterios para a concesión de ampliación de matrícula

Non procede.





6.1.6 Medidas de recuperación:

Este procedemento de cualificación, levarase a cabo para os seguintes casos:

- º Cualificación negativa na convocatoria de xuño.
- o Perda o dereito á avaliación continua (estes casos veñen desenrolados no RRI do centro).

.CONVOCATORIA DE SETEMBRO

§ Contido da proba

A proba consistirá un exame tipo test de 5 preguntas, cun valor de 2 puntos cada unha.

O resultado do proceso de cualificación da proba expresarase con cualificacións numéricas, en escala do 1 o 10, considerándose positiva a cualificación igual ou superior a 5.

Medios e instrumentos:

A. Proba: exame tipo test

6.1.7 Recursos didácticos

O centro proporcionará :

1 esterilla-mat, 1 balón terapéutico por alumno/a, e un xogo de bandas elásticas terapéuticas por alumno/a como un equipo de reprodución audiovisual.

Na medida do posible, se proporcionará unha aula de chan cálido e espazosa.

Faise necesario, dispoñer dun espazo deseñado para a materia, donde se poida impartir coa maior tranquilidade e calidade.





7. Procedementos de avaliación e seguimento da programación didáctica

Observación individual do aprendizaxe mostrado nas sesións semanais de clase, atendendo a aspectos como a comprensión, adquisición de conceptos, participación activa, corrección e autocorrección.

Observación do seu rendemento, interacción e comportamento en grupo, nas diferentes actividades deseñadas ao efecto.

Observación do grado de consecución dos obxectivos do curso a través de probas obxectivas deseñadas dende a especialidade ao longo do curso (exáme tipo test e casos prácticos).

8. Procedementos para realizar a avaliación interna do departamento

Posto que esta é unha materia deseñada para o alumnado de 6º do Graoa Profesional, e non pertence a ningún dpto., a avaliación interna será por conta do docente designado/a para impartir a materia.

Dito procedemento consistirá na ANALISE dos resultados académicos e na revisión anual dos contidos impartidos, e da interiorización dos mesmos, tendo en conta o nivel de aprendizaxe acadado polo alumnado, e, tamén da incidencia que esta materia ten no resto dos dptos. de especialidades instrumentais.





9. ANEXOS

.....

9.1 Probas de acceso 1º de grao profesional

Non procede, por seren optativa de 6º.

9.2 Probas de acceso a outros cursos

Non procede, por seren optativa de 6º.

Contidos

....

Criterios de avaliación e cualificación

....

9.3 Criterios para a obtención dos premios fin de grao

.....

