

INSTITUTO SUPERIOR TECNOLÓGICO DE CINE Y ACTUACIÓN

SÍLABO

Carrera: Fotografía y sonido de cine

Nombre de la asignatura:	Cultura física I
Ciclo o semestre:	Primero
Eje de formación:	De libre opción
Créditos del ciclo:	1
Modalidad:	Presencial
Horas de clases con el profesor/a:	32
Sesiones asistidas:	32 sesiones de 2 horas c/u
Horas de trabajo autónomo del estudiante:	32
Horas de trabajo colaborativo:	16
Profesor/a responsable:	Blanca Rivadeneira Kingman

Pre-requisitos: Ninguno

Co-requisitos: Ninguno

Breve descripción de la asignatura:

Integrar en la memoria corporal de los estudiantes conceptos de ritmo, espacio, peso, presencia a través de técnicas de conciencia corporal y expresión corporal. Se capacita al estudiante para un manejo adecuado de sus capacidades motoras y del conocimiento de la comunicación no verbal. El trabajo es individual y grupal desarrollando la comunicación no verbal y el desenvolvimiento del trabajo en equipo.

Logros de aprendizaje de la asignatura y su relación con los logros de la carrera:

1. Aprender a manejar su calidad corporal de la manera más adecuada para sí mismos, con lo cual se les permite sostener jornadas extensas de trabajo en equipo. Los estudiantes cuentan con diversas técnicas de calentamiento y de equilibrio postural. Despierta el logro # 2 y # 7 en Realización y Actuación.
2. Reconocer la comunicación no verbal para expandir las capacidades de lectura corporal consigo mismos y con el grupo. Impulsa el logro # 7 y # 8 en Realización y Actuación.
3. Registrar categorías de movimiento: flexibilidad, fluidez, ritmo, melodía, sinergia, peso, presencia que aportan la línea de creatividad personal y grupal. Estimula el logro # 2, #3 y #7 de Realización y Actuación.

Dinámicas de aprendizaje

El docente hace la exposición de objetivos y contenidos, herramientas y necesidades de la clase. Se propone retroalimentación de la sesión anterior. El docente demuestra el tipo de calentamiento a trabajar. Estudiaremos las distintas categorías de movimiento, desde su definición hasta su aplicación práctico-vivencial. Los estudiantes integran el calentamiento. Por medio de la explicación de la categoría de movimiento y /o técnica de respiración a trabajar y la demostración con uno o varios ejercicios. Investigación corporal individual y en grupo. Los estudiantes proceden a trabajar en la categoría de movimiento y/o respiración asignada, utilizando técnicas de danza y conciencia corporal. Realización de ensayo y relatos auto referenciales para complementar el trabajo físico.

Contenidos mínimos y secuenciación:

Sesiones 1 a 5 Introducción al tema: Construcciones corporales. Respiración I: respiración consciente. Calentamiento individual con técnica de manipulación. Eje de movimiento I: extremidades inferiores.

Sesiones 6 a 11	Introducción al tema: Creatividad. Calentamiento individual: articulaciones. Lectura del texto cuerpo y creatividad. Investigación corporal en base a mitos de transformación. Eje de movimiento: Pelvis.
Sesiones 11 a 16	Introducción al tema: Categorías de movimiento. Desarrollo de ritmo, peso. Exploración individual y grupal de Categorías de movimiento I: ritmo, peso, espacio. Realizar ensayo –fuera de clase-: Comunicación no verbal
Sesiones 16 a 21	Introducción y desarrollo de Categorías de movimiento II: Extensión, levedad, suspensión, resistencia. Exploración individual y grupal. Realizar relato –fuera de clase- El sonido en mi vida.
Sesiones 22 a 26	Integración auditivo-motora. Métodos de respiración abdominal. Categorías de movimiento III: agilidad, flexibilidad, fluidez, potencia. Simbología y contexto cultural de las diferentes partes del cuerpo.
Sesiones 27 a 32.	Categorías de movimiento VI: equilibrio. Método vivencial para integrar la autorregulación. Movimiento diferenciado. Integración sensoriomotora

Para todas las sesiones: El estudiante presentará un informe o diario digital, donde recopila sus propias percepciones alrededor de su desenvolvimiento corporal.

Equipamiento, materiales, instalaciones y logística necesarios:

Piso adecuado para trabajar descalzos (De preferencia piso de madera)

Pelotas de raquet

Carrizos

Hilo de cometa

Crayones

Pliegos de papel periódico.

Parlante

Situaciones e indicadores de evaluación de logros alcanzados:

Logro 1. Mejorar la motricidad en grupo e individualmente. Integración de las categorías de movimiento base.

Situación: Propuesta libre sobre categorías. Indicador: Resolución corporal de la propuesta.

Logro 2. Autorregulación. Situación: Vivencias de escucha individual y grupal. Indicador: Concentración, entrega, presencia.

Logro 3. Calentamiento y respiración. Situación: exposición libre sobre calentamiento que mejor se adecua a su cuerpo y al de un compañero. Indicador: Lectura corporal personal y del otro. Memoria sobre métodos de calentamiento.

Textos guías o de referencia en clases:

Ivern, A. (2008, agosto) Cuerpo y creatividad. Cuadernos de campo, Año III. No 8, Buenos Aires: Campo grupal

Najmanovich, D., (2009, mayo) Conocimiento del cuerpo o cuerpo del conocimiento. Artículo publicado en "CUADERNOS DE CAMPO". Número 7, Buenos Aires: Campo grupal.

Bibliofilmografía:

Jung, Carl. Las Relaciones Entre el Yo y el Inconsciente. Trad. Julio Balderrama. Buenos Aires: Paidós, 1990.

Asignatura:	Cultura Física 1 FS	Docente:	Blanca Rivadeneira
--------------------	---------------------	-----------------	--------------------

Logro de aprendizaje a evaluar: Logro 1:	Controlar y manejar calidades corporales en base de categorías de movimiento base.
---	--

Nivel:	0	1	2	3	
--------	---	---	---	---	--

Capacidad o resultado evaluados	Especificaciones del logro en cada aptitud según corresponda a cada nivel de desempeño				Cuantificación
---------------------------------	--	--	--	--	----------------

A	Integración de las categorías de movimiento base: peso	No logra abandonar el peso en ningún nivel espacial. No reconoce esta categoría en su motricidad.	Abandona por momentos el peso en el piso, no logra en otro nivel. (levantado)	Abandona el peso únicamente de manera individual. Todavía le cuesta reconocer la categoría en grupo.	Puede abandonar el peso voluntariamente en cualquier situación, individual y grupalmente.	
B	Localización espacial	No se ubica espacialmente. Está pendiente del espacio ocupado por otros, más no del suyo propio. Durante la clase entera no encuentra su espacio propio.	Se toma la mitad de la clase para empezar a ubicarse en el espacio. No se apropia con facilidad del lugar.	Reconoce el espacio para sí, pero no para el grupo	Se apropia del espacio, utiliza tres niveles, reconoce con facilidad el lugar cómodo e incómodo y lo resignifica.	
C	Ubicación temporal, rítmica.	Desconoce ritmos propios, no logra percibir respiración, circulación, etc. Está permanentemente concentrado en el resto de compañeros.	Le toma tiempo dejar a un lado la palabra y entrar en el tiempo de la comunicación no verbal.	Puede percibir sus ritmos orgánicos y se maneja bien con tiempos externos, sin embargo no llega a usarlos de manera autónoma.	Escucha su ritmo, percibe sus ritmos orgánicos. Puede trabajar ordenadamente en solitario o en grupo.	
D	Actuación de los actores	Los actores no saben cómo hacerlo, se sienten perdidos, desanimados, falsos y superficiales en lo que hacen.	Los actores apenas tienen una idea de cómo hacerlo, están poco ubicados, con poco ánimo, se saben apenas creíbles y profundos	Los actores tienen una idea de cómo hacerlo, están ubicados y con ánimo buena parte del tiempo, son creíbles y profundos a veces	Los actores saben cómo hacerlo, se sienten en su lugar, llenos de ánimo, verdaderos y profundos en lo que hacen	
Nombre del estudiante evaluado:					Total:	

Asignatura:	Cultura Física I	Docente:	Blanca Rivadeneira
Logro de aprendizaje a evaluar: Logro 2:		Reconocer códigos de comunicación no verbal individual y grupalmente.	

Especificaciones del logro en cada aptitud según corresponda a cada nivel de desempeño		Nivel:	0	1	2	3	Cuantificaciór	
A	Sentido de responsabilidad de su propio cuerpo. Autorregulación.	De manera recurrente viene sin disposición: no utiliza el vestuario apropiado para la clase, dice no puedo constantemente. Espera la aprobación externa antes de intentar un trabajo.	Logra cumplir trabajos con instrucciones externas, si el trabajo es autónomo se pierde, deja de investigar.	Utiliza la vestimenta apropiada, sigue instrucciones. Cuando siente cansancio no para y llega a la fatiga. No logra mostrarse en abandono corporal	Cumple con la vestimenta adecuada, sigue instrucciones y trabaja de manera autónoma y concentrada con su propia capacidad de descansar y avanzar, sin fatigarse. Logra óptima resistencia, control de vitalidad			
	Vivencias de escucha grupal	No puede percibir la retroalimentación. No trabaja en grupo. Se aísla.	Impone o se somete en propuestas grupales, se acerca desde una acción conocida. Retrocede ante propuestas innovadoras.	Escucha al grupo –dentro del contexto de comunicación no verbal- intenta adaptarse a las propuestas, no propone.	Propone y escucha con un sentido de retroalimentación. Escucha su propia intención y la de los compañeros.			
	Presencia, concentración	No participa, no quiere ser visto, se aleja del centro de atención, hace el mínimo esfuerzo por estar en la clase.	Responde de memoria, sin detenerse ante una nueva situación. Participa con respuestas aprendidas anteriormente. Se pierde rápidamente con elementos nuevos.	Entiende la comunicación no verbal y responde escuchando primero sus nuevas percepciones, no integra la mirada cuando tiene que expresar en grupo su trabajo.	Integra sus movimientos, mirada, intención con el espacio los compañeros. Se entrega al trabajo desde el aquí y ahora, explorando sin expectativas las nuevas percepciones.			
Nombre del estudiante evaluado:							Total:	

Asignatura: Cultura Física I		Docente: Blanca Rivadeneira				
Logro de aprendizaje a evaluar: Logro 3:		Registrar categorías de movimiento secundarias: flexibilidad, fluidez, melodía, sinergia.				
Nivel:		0	1	2	3	
Capacidad o resultado evaluados		Especificaciones del logro en cada aptitud según corresponda a cada nivel de desempeño			Cuantificación	
A	Fluidez /Flexibilidad	Se mantiene en control rígido corporal. Sólo logra movimientos estáticos. No busca el centro del espacio.	Se mantiene en la periferia del grupo. Choca con sus compañeros constantemente. Mantiene rigidez del tronco. Tiene la intención de moverse.	Utiliza sus brazos y camina hacia el centro. Ocupa espacios vacíos sin considerar al grupo. Logra un nivel. No incluye mirada.	Integra centro y periferia. Ocupa espacios vacíos. Busca la continuidad a pesar de los obstáculos. Mantiene el movimiento en tres niveles.	
B	Sinergia	No logra alternar brazos y piernas.	Su movimiento prevalece arriba o abajo, izquierda o derecha. Alterna solo de un lado mientras inmoviliza el otro.	Alterna brazos y piernas, sin embargo su cabeza se aísla.	Realiza la mayor cantidad de movimientos con la mínima energía: no polariza.	
C	Melodía	Se queda en el ritmo, no percibe tonos. Rechaza la percepción del torrente sanguíneo	Percibe diferentes tonalidades y timbres, no intenta expresarlos.	Expresa corporalmente una melodía, sin variaciones.	Expresa y crea a partir de una melodía. Incluye todas las tonalidades, timbres y variaciones.	
Nombre del estudiante evaluado:					Total:	0