



## PROVA D'ACCÉS 6è CURS DE L'ESPECIALITAT DE DANSA CONTEMPORÀNIA

(Revisió febrer 2021)

### Diferents parts que comprenen la prova:

- ✓ DANSA CLÀSSICA
- ✓ DANSA CONTEMPORÀNIA
- ✓ IMPROVISACIÓ i CREACIÓ
- ✓ EXPLORACIÓ FÍSICA

Les proves corresponents a les diferents parts, es desenvoluparan segons l'estructura d'una classe de dansa seguint les indicacions i suggeriments del professor/a que dirigeixi l'activitat. Es disposarà del corresponent acompanyament musical.

La durada dels exercicis corresponents a cada assignatura serà determinada per l'escola.

### Proves de nivell:

- ✓ Les proves de nivell corresponents a les matèries d'Anatomia aplicada a la Dansa i d'Història de la Dansa (descriptives), seran teòriques i s'haurà de superar un examen escrit, després que l'aspirant hagi assolit totes les proves d'accés ocupant una plaça com alumne oficial de l'escola.

### Vestuari per realitzar les diferents proves:

- Mallot (Noies)
- Samarreta blanca màniga curta (Nois)
- Malles roses (Noies)
- Malles negres sense peu (Nois)
- Mitjons blancs (Nois)
- Sabatilles de mitja punta (Nois i noies)

Es tindrà en compte tots els continguts dels cursos anteriors, amb l'increment de dificultat de nivell, que correspon a continuació:



## PROVA D'ACCÉS 6è CURS DE L'ESPECIALITAT DE DANSA CONTEMPORÀNIA

(Revisió febrer 2021)

### PROVA DE DANSA CLÀSSICA:

#### Exercicis de centre:

- Rond de jambe en l'air en tournant 90º
- Grand rond de jambe 90º renversé
- Fouetté en pivot
- Grand fouetté
- Fouetté a l'italienne.
- Tours attitude devant.
- Grand tour a la segunda i en attitude darrera amb demi plié.
- Grans tours suivi.
- Combinacions de pirouettes i grans tours.
- Tour dégagé en dehors acabat en ecarté.
- Desplaçament en arabesque demi plié.
- Pirouettes.
- Adagio: compondre l'adagi amb els passos apresos a la barra i al centre.

#### Exercicis d'Allegro:

- Grand rond de jambe sauté.
- Double rond de jambe sauté en dehors i en dedans.
- Sissonne simple en tournant doble (nois).
- Grand sissonne fermé i obert per développé en tournant.
- Brisé volé.
- Sissonne soubresaut.
- Cabriole fermé i obert 90º.
- Doble cabriole (nois).
- Fouettés en pivot sauté.
- Grand assemblé entrechat six (nois).
- Fouetté cabriole i cabriole fouetté.
- Doble gran assemblé en tournant (nois).
- Pas de ciseaux.
- Gran battement passé développé.
- Revoltade de 45º i 90 (nois)
- Grand saut de basque i double Saut de basque.
- Entrelacé 3r arabesque.
- Grand jeté attitude en tournant.
- Pas jeté en tournant en arabesque.
- Doble tour en l'air acabat en arabesque (nois).
- Entrechat six.



## PROVA D'ACCÉS 6è CURS DE L'ESPECIALITAT DE DANSA CONTEMPORÀNIA

(Revisió febrer 2021)

### **Criteris d'avaluació de la Dansa Clàssica:**

- **S'avaluarà** la seguretat i domini tècnic en l'execució dels encadenaments de passos de grau elevat de dificultat.
- **S'avaluarà** la musicalitat i la fluïdesa de moviment en l'execució dels encadenaments de passos de grau elevat de dificultat.
- **S'avaluarà** la capacitat de mostrar diferents dinàmiques i qualitats de moviment en els encadenaments de passos que pertanyen a diferents àrees de la classe.
- **S'avaluarà** el treball de velocitat, la mobilitat en l'espai i la projecció de moviment.
- **S'avaluarà** la capacitat de transformar el material tècnic en l'execució d'un llenguatge artístic.



## PROVA D'ACCÉS 6è CURS DE L'ESPECIALITAT DE DANSA CONTEMPORÀNIA

(Revisió febrer 2021)

### PROVA DE DANSA CONTEMPORÀNIA:

**Pels aspirants a 6è curs, es tindran en compte tots els continguts treballats i assolits en els cursos anteriors.**

**El grau de dificultat es reflecteix en:**

1. El tipus de combinatòria i seqüenciació dels continguts.
2. Els contrastos entre dinàmiques i moviment.
3. La velocitat emprada per a efectuar aquests canvis de dinàmica.
4. El domini d'un treball de moviment en les tres dimensions de l'espai, en un mateix exercici.
5. La capacitat interpretativa i expressiva en relació a la proposta sonora (acompanyament en directe, música enregistrada, silencis etc)

### **Criteris d'avaluació de la Dansa Contemporània:**

- **S'avaluarà** la consciència corporal, col·locació, alineació i naturalitat en l'execució dels exercicis així com la coordinació del tors, braços i cames en les seqüències de moviments marcades.
- **S'avaluarà** la capacitat de concentració en la realització dels exercicis així com la capacitat de reacció i assimilació de les combinacions.
- **S'avaluarà** la musicalitat i la qualitat del moviment en tots els exercicis.
- **S'observarà** la decisió i atac de moviment que mostra l'alumne en els exercicis de desplaçament.
- **S'avaluarà** la capacitat de memorització i retenció de la informació donada durant la classe.



## PROVA D'ACCÉS 6è CURS DE L'ESPECIALITAT DE DANSA CONTEMPORÀNIA

(Revisió febrer 2021)

### PROVA D'IMPROVISACIÓ I CREACIÓ:

#### Improvisació

- Per a la prova d'improvisació i composició per al nivell de 6è de contemporani es demanarà improvisar o seguir tasques de composició tenint en compte diversos patrons de moviment, establint la identificació entre moviments principals i secundaris. Es farà des del treball amb imatges, percepció de diferents energies i emocions, etc... i a través de patrons i formes de moviment diverses per a aconseguir diferents disponibilitats i dinàmiques.

En aquest sentit posarem l'atenció en:

#### Consciència i diferenciació entre el moviment intern i el moviment extern:

- Capacitat d'associar-los i utilitzar-los en la improvisació i/o composició.

#### Conèixer i treballar amb els següents elements i aspectes:

##### Combinació dels diferents segments i el tot

- Diferenciació, articulació i coordinació en moviment dels diferents segments i parts del cos per separat, per grups i/o en conjunt.

##### Dinàmiques i qualitats del moviment

- Propostes de moviment que associïn energies i/o tensions diferents. Des del moviment ràpid i fluid fins el moviment lent i dens, alentint i parada.

#### La Frase:

- Variacions sobre una frase. Desenvolupar i improvisar a partir d'una seqüència o frase.

#### Relació Música – Dansa:

- Diferents rols de la música respecte de la Dansa (concordança, superposició, negació).
- Altres contextos sonors: silenci, ritme intern, sons ambientals, sons amb el propi cos en moviment i la parla.



## PROVA D'ACCÉS 6è CURS DE L'ESPECIALITAT DE DANSA CONTEMPORÀNIA

(Revisió febrer 2021)

### Espai:

- Les direccions, nivells i dissenys espacials.
- De l'aula a l'escenari: la presència escènica, espai, projecció, el focus.

### Interacció en parella

- Construir / Improvisar una seqüència de moviment amb parella. A més dels elements de cursos anteriors que poden ser demanats (canvis de nivell, de velocitat, de qualitats -pes/lleugeresa, simetria/asimetria, segments/el tot-caldrà haver assolit un nivell mitjà de treball de contacte basat en l'escolta visual, auditiva i tàctil utilitzant el contrast i la semblança alternament i amb la incorporació raonable dels aspectes i energies citats més a munt.

### Variació de creació (composició individual pròpia)

- Al marge de demanar el treball d'improvisació in situ, l'aspirant haurà de portar preparada una composició individual pròpia, entre 2 i 3 minuts de duració (amb la seva corresponent música) que reculli i utilitzi i aspectes i elements dels abans esmentats que s'apliquen tant en la improvisació com en la composició.

### Criteris d'avaluació de la Improvisació i Creació:

- S'avaluarà a l'alumne en la utilització dels aspectes espacials, direccionals i els diversos elements que intervenen en la composició coreogràfica.
- S'observarà la fluïdesa i naturalitat en la improvisació a partir d'un context o pauta proposada, i en l'execució i composició de la variació de creació individual pròpia.
- S'avaluarà la transició entre dissenys dins la composició i dins la improvisació.
- S'observarà tant la interpretació individual com la compenetració amb el grup.
- S'observarà el grau de consciència en la utilització dels elements citats anteriorment (espai, ritme, dinàmica, forma, transicions).



## PROVA D'ACCÉS 6è CURS DE L'ESPECIALITAT DE DANSA CONTEMPORÀNIA

(Revisió febrer 2021)

### PROVES DE NIVELL D'ASSIGNATURES TEÒRIQUES COMPLEMENTÀRIES:

- ✓ Anatomia aplicada a la Dansa
- ✓ Història de la Dansa

Les proves de nivell corresponents a les matèries d'Anatomia aplicada a la Dansa i d'Història de la Dansa (descriptives), seran teòriques i s'haurà de superar un examen escrit, després que l'aspirant hagi assolit totes les proves d'accés ocupant una plaça com alumne oficial de l'escola.

### **PROVA DE NIVELL: Anatomia aplicada a la Dansa**

#### CONTINGUTS (Generalitats):

##### Teixits corporals fonamentals:

- Descripció i topografia

##### El múscul:

- Fisiologia i funció muscular
- To, treball i fatiga muscular
- Preparació; escalfament i refredament
- Estiraments

##### Sistema nerviós:

- S.N.C i perifèric. Fisiologia
- Funció motora i sensitiva
- Equilibri
- Sensibilitat i memòria propiceptives
- Coordinació
- Relaxació

##### L'esquelet:

- Tipus d'ossos
- Les articulacions. Tipus
- Sistemes d'estabilització articular. Lligaments
- Eixos i plànols de moviment
- Alteracions normals i patològiques dels eixos corporals.
- Avantatges i inconvenients per a la pràctica de la dansa

#### CONTINGUTS (Anatomia Descriptiva):

##### Cintura pelviana:



## PROVA D'ACCÉS 6è CURS DE L'ESPECIALITAT DE DANSA CONTEMPORÀNIA

(Revisió febrer 2021)

- Estructures òssies i articulars
  - Articulació coxofemoral. Estudi biomecànic.
- Músculs que la mobilitzen.
- Importància per a la dansa.

### Columna vertebral:

- Estructures òssies i articulars.
- Biomecànica de l'eix corporal. Possibles alteracions
- Musculatura que la mobilitza
- Equilibri pèlvic anteroposterior i lateral

### Membre inferior:

- Estructures òssies i articulars
- Articulació del genoll. Biomecànica. Músculs que el mobilitzen. Importància per a la dansa
- Articulació del turmell. Biomecànica. Músculs que el mobilitzen. Importància per a la dansa
- El peu. Tipus de peus. Biomecànica. Músculs que el mobilitzen. Importància per a la dansa

### Cintura escapular i membre superior:

- Estructures òssies i articulars
- Biomecànica escapul-humeral. Musculatura intrínseca i extrínseca de la cintura escapular. Importància per a la dansa
- Biomecànica del colze. Músculs que el mobilitzen. Importància per a la dansa
- Canell i ma.

### Bipedestació:

- Deambulació. Biomecànica
- Carrera. Biomecànica
- Salt. Biomecànica

### Sistema cardio-pulmonar:

- Fisiologia de l'aparell cardio-respiratori
- Treball aeròbic i anaeròbic
- Tipus de respiració

### Orgues corporals mes importants:

- Descripció
- Topografia
- Funcions

### **CONTINGUTS (Principis bàsics de medicina de la dansa):**

#### 1.Lesions mes freqüents en la practica de la dansa:

- Descripció topogràfica. Etiologia
- Prevenció.
- Tractaments inicials





## PROVA D'ACCÉS 6è CURS DE L'ESPECIALITAT DE DANSA CONTEMPORÀNIA

(Revisió febrer 2021)

- Ús i tècnica d'aplicació d'embenatges curatius o preventius
- Exercicis de recuperació

### **Criteris d'avaluació de l'Anatomia aplicada a la dansa:**

- **Entendre** el funcionament del cos com a fet fisiològic i biomecànic.
- **Poder** aplicar aquests coneixements a la pràctica de la dansa.
- **Entendre** quina és la millor manera de fer funcionar el nostre cos en la dansa amb el màxim de rendiment i el mínim de risc.
- **Aprender** les diferències que es poden trobar en diferents individus.
- **Poder** valorar les condicions físiques per a la pràctica de la dansa.
- **Haver** assolit els continguts del programa.
- **Fer** una prova final en forma d'examen teòric escrit.

### **Bibliografia recomanada:**

BORDIER, Georgette. ANATOMIE APLIQUEE A LA DANSE. Ed Amphora, 1985. Paris  
CALAIS-GERMAIN, Blandine. ANATOMIA PARA EL MOVIMIENTO  
RYAN, Allan J. THE HEALTHY DANCER. Dance Books. Abridged Edition. London  
ARNHEIM, Daniel. Dance injuries. Dance Books. Abridged Edition. London  
ETIENNE, J.C. SPORT ET REEDUCATION. Ed Masson. Paris  
CREFF, A.F. LA FEMME ET L'ESPORT. Ed Masson. Paris  
CREFF, A.F. DIETETIQUE ESPORTIVE. Ed Masson. Paris  
FOX, Edward. FISILOGIA DEL DEPORTE. Ed. Panamericana. Buenos Aires  
KAPANDJI, I.A. CUADERNOS DE FISILOGIA ARTICULAR. Ed. Toray-Masson. Barcelona  
WIRHED, Rolf. ANATOMIE ET SCIENCE DU GEST SPORTIF. Ed Vigot. Paris  
NAGRIN, Daniel. HOW TO DANCE FOREVER. Quill. New York  
HOWSE, Justin. TECNICA DE LA DANZA Y PREVENCIÓN DE LESIONES. Ed. Paidotribo



## PROVA D'ACCÉS 6è CURS DE L'ESPECIALITAT DE DANSA CONTEMPORÀNIA

(Revisió febrer 2021)

### PROVA DE NIVELL: Història de la Dansa

La prova de nivell corresponent a la matèria d'història de la dansa (descriptiva) serà teòrica i s'haurà de superar un examen escrit, després que l'aspirant hagi superat totes les proves d'accés i assolit una plaça com alumne oficial de l'escola.

#### Estructura de l'examen :

- Portar un esquema prèviament preparat de lliure estructuració on quedi plasmat, des del segle XVII fins l'actualitat, el següent :
  - Context social, polític i artístic.
  - Principals coreògrafs i repertori de dansa.
  - Fer constar el paral·lelisme entre la dansa i la situació política-social de cada època.
- Estudiar el temari específic de l'especialitat de dansa clàssica. En l'examen escrit es demanarà:
  - Preguntes de reflexió i continguts des del segle XIX fins l'actualitat.
  - Anàlisi i identificació de repertori a través de vídeo.

#### Continguts:

- La cultura del renaixement. Els seus espectacles: orígens dels Ballets de Cort.
- La cultura del Barroc, l'evolució i expansió dels Ballets de Cort a França.
- Característiques. Principals ballets. L'acadèmia de música i dansa. Aparició de nous gèneres.
- Evolució de la dansa al llarg del segle XVIII. Reforma de Noverre.
- Pre-romanticisme i romanticisme, la seva expressió en el ballet. Característiques, continguts, formes coreogràfiques i estètica. Repertori principal europeu. Espanya i l'Escola Bolera, gestació del Flamenc.
- Escola russa SXIX. Característiques, formes coreogràfiques, estètica, i estudi del repertori. Classicisme.
- L'Avantguarda artística del 1er terç del segle XX i la dansa. Els Ballets Russos de Diaghilev. Característiques, etapes i repertori.
- La dansa moderna a Europa. Noves teories del moviment. Aportacions de R.V.Laban a la dansa. L'expressionisme i l'Escola alemanya: context, característiques, repertori i principals representants.
- La dansa Moderna als Estats Units:
- Pioners



## PROVA D'ACCÉS 6è CURS DE L'ESPECIALITAT DE DANSA CONTEMPORÀNIA

(Revisió febrer 2021)

- La generació de la "modern dance".
- Cunningham i el moviment Post-modern:
  - Contextualitzar en la realitat del segle XX
  - Nous llenguatges d'expressió corporal
  - Noves formes coreogràfiques i musicals
  - Relació de la dansa amb altres moviments artístics coetanis.
  - Repertori principal
- El ballet als Estats Units a partir del 2n terç del segle XX.
- El Ballet a Europa a partir del 2n terç del segle XX. Evolució de la forma, el contingut, l'estètica i la seva relació amb la música així com amb les altres arts:
- Anglaterra: Royal Ballet, Ballet Rambert. Evolució, repertori i coreògrafs destacats.
  - França: De Serge Lifar a l'actualitat.
  - Alemanya, Holanda i Suècia: Del ballet dels anys 50 a l'actualitat. Creadors, estils i repertori.
- El Ballet a Rússia al S.XX, després de la revolució.
- La dansa contemporània a Europa a partir dels anys 70:
  - La dansa-teatre a Alemanya: Pina Bausch. Característiques principals, repertori i influència sobre el panorama general escènic.
  - Eclosió dels anys 80: La dansa contemporània francesa, belga i britànica.
  - Principals representants.
- La dansa a l'estat espanyol. Repàs de la seva evolució en el segle XX. Incidència en la dansa a Catalunya:
  - Dansa Espanyola
    - Escola Bolera
    - Flamenc
    - Dansa Clàssica
    - Dansa Contemporània

### **Criteris d'avaluació de la Història de la Dansa:**

- **Assoliment** del continguts bàsics de la Història de la Dansa.
- **Capacitat** d'analitzar i contextualitzar a través del repertori.
- **Establir** paral·lelismes entre la dansa i les altres arts en cada època.

### **Bibliografia recomanada:**

Per tal d'orientar l'estudi, la següent bibliografia pot servir de suport, com a història general, complementada amb bibliografia específica, diccionaris i enciclopèdies:



**PROVA D'ACCÉS 6è CURS DE L'ESPECIALITAT DE DANSA CONTEMPORÀNIA**

(Revisió febrer 2021)

Susan Au: *"Ballet and Modern dance"*. World of art, Thames and Hudson.London.

Jean Pierre Pastori : *"La danse I,II"* .Découvertes Gallimard, Musique et danse.

Paul Bourcier *"Historia de la danza en Occidente"* . Editorial Blume. Última edició

Joan Cass. *"Dancing through history"* Prentice Hall. Englewood Cliffs, New Jersey.

Delfín Colomé: *"EL encanto indiscreto de la danza "* Ediciones Turner. Madrid 1989

Jacques Baril. *"La danza Moderna"* . Editorial Paidós.

Susanne Schlicher; *" Teatre-dansa. Tradicions i llibertats"*.Edició catalana del Institut del Teatre.Dip. de Barcelona.1993.

Andrés Amoros, José M<sup>a</sup> Diez Borque, Coord.; *"Historia de los espectáculos en España"*.ed. Castalia. Madrid 1999.

Encuentro Internacional de La Escuela Bolera. .1992

Alvarez Caballero, Angel; *"El baile flamenco"* . Alianza Editorial. Madrid 1998