



## PLA DOCENT

<b>Curs:</b> 1r
<b>Especialitat:</b> Coreografia i Interpretació / Pedagogia de la dansa
<b>Matèria:</b> Ciències de la salut aplicades a la dansa
<b>Codi de l'assignatura:</b> 410004
<b>Títol de l'assignatura:</b> Anatomia descriptiva
<b>Subtítol:</b>
<b>Tipus d'assignatura:</b> Obligatòria
<b>Adscripció de l'assignatura:</b> Departament de Moviment
<b>Crèdits ECTS de l'assignatura:</b> 3 ECTS
<b>Hores totals de l'assignatura:</b> 75h 45 hores lectivitat presencial (60%) i 30 hores de treball autònom (40%)
<b>Impartició:</b> A determinar segons horaris
<b>Professors/es:</b> Carles Puértolas
<b>Descriptor:</b> Aquesta matèria pretén proporcionar als futurs professionals en pedagogia de la dansa i de coreografia les eines que li permetin comprendre, analitzar i optimitzar els moviments corporals en la practica de la dansa, entenen l'estudi descriptiu i pràctic de l'anatomia de l'aparell locomotor i de la biomecànica articular com a coneixement fonamental per comprendre la mobilitat del cos humà i amb especial anàlisi dels moviments més habituals en la dansa.
<b>Requisits:</b> Sense requisits
<b>Observacions:</b> L'assistència a classe és obligatòria.

## COMPETÈNCIES QUE ES TREBALLARAN A L' ASSIGNATURA:

## Competències transversals:

- CT1 Recollir informació significativa, analitzar-la, sintetitzar-la i gestionar-la adequadament.  
 CT2 Recollir informació significativa, analitzar-la, sintetitzar-la i gestionar-la adequadament.  
 CT13 Buscar l'excel·lència i la qualitat en la seva activitat professional.

## Competències genèriques:

- CG1 Conèixer els principis bàsics, tant teòrics com pràctics del funcionament del cos humà, amb l'objecte de proporcionar una visió global i integradora del mateix.  
 CG2 Saber dissenyar, organitzar, planificar i avaluar processos i projectes formatius, educatius, comunitaris i relacionats amb el moviment del cos humà en els diversos nivells, àmbits i col·lectius.  
 CG3 Conèixer els principis bàsics, tant teòrics com pràctics del funcionament del cos humà, amb l'objecte de proporcionar una visió global i integradora del mateix.

## Competències específiques

- CECI3 Conèixer l'anatomia, fisiologia i biomecànica del cos humà, las seves capacitats i limitacions com a vehicle d'expressió artística, així com les patologies més freqüents i la seva prevenció per a poder optimitzar la seva interpretació i la seva labor creativa.  
 CEP3 Conèixer l'anatomia, fisiologia i biomecànica del cos humà, las seves capacitats i limitacions com a vehicle d'expressió artística, així com les patologies més freqüents i la seva prevenció per a poder orientar a l'alumnat en el seu procés formatiu.  
 CEP12 Saber dissenyar, organitzar, planificar i avaluar processos i projectes formatius, educatius, comunitaris i relacionats amb la salut en els diversos nivells, àmbits i col·lectius.



### Altres competències de l'assignatura:

- Localitzar els músculs i les cadenes musculars que generen els diferents moviments, en la vida normal i en la pràctica de la dansa i comprendre el seu funcionament.
- Localitzar i entendre el funcionament de les diferents articulacions del cos humà.
- Analitzar, des del punt de vista anatòmic i biomecànic, els diferents moviments del cos, en la vida normal i en la pràctica de la dansa.
- Detectar, valorar-ne les competències i saber corregir les possibles alteracions en les positures i els moviments del cos humà.
- Utilitzar un llenguatge adient, comprensible i científicament correcte.
- Respectar el cos humà i les característiques particulars de cada persona.

### RESULTATS DE L'APRENTATGE:

---

#### Coneixements:

- C1 Conèixer les estructures òssies que formen l'esquelet.
- C2 Conèixer les articulacions més importants del cos humà
- C3 Conèixer la musculatura més important de l'aparell locomotor i la seva funció.
- C4 Entendre el funcionament de les estructures òssies i musculars dins el moviment.
- C5 Entendre el moviment dins els plànols de l'espai.
- C6 Entendre els conceptes bàsics de biomecànica articular.
- C7 Entendre els conceptes físics de força, treball, energia, potència, etc.,
- C8 Entendre el funcionament biomecànic del sistema múscul-esquelètic en els diferents moviments de la dansa.
- C9 Entendre el funcionament de les cadenes musculars en la pràctica de la dansa.

#### Habilitats, procediments o destreses:

- H1 Conèixer les estructures anatòmiques de l'aparell locomotor i poder reconèixer-les en el propi cos i en el d'altres.
- H2 Poder descobrir les possibilitats i dificultats del moviment del cos humà.
- H3 Ser capaç de detectar les causes d'un moviment o postura anòmales i saber com corregir-les.
- H4 Poder fer una anàlisi i correcció comprensiva i raonada d'un moviment o postura per a cada cas i amb el llenguatge adient.

#### Actituds:

- A1 Respecte pel propi cos i pel dels altres.
- A2 Acceptar les característiques físiques de cada persona i d'un mateix, sense renunciar a la millora de les condicions físiques que permetin un rendiment més efectiu del moviment.
- A3 Interès i implicació per conèixer el funcionament de l'aparell locomotor del cos humà per tal de poder analitzar i comprendre els moviments en la pràctica de la dansa.

### CONTINGUTS FORMATIUS (TEMARI):

---

#### 1. GENERALITATS

- 1.- Introducció. Generalitats i terminologia anatòmica
  - Tipus i classificació dels ossos
  - Concepte d'articulació i principals components
  - Sistemes d'estabilització articular
  - Músculs i tendons
- 2.- Eixos i plànols i la seva relació amb el moviment corporal
  - Principals eixos i plànols anatòmics
  - Moviments: Definició i terminologia
  - Alteracions més freqüents dels eixos anatòmics



## 2. BIOMECÀNICA

- Conceptes generals de biomecànica.
- Forces que intervenen en el moviment.
- Mobilitat dels diferents tipus d'articulacions.

## 3. ANATOMIA DESCRIPTIVA I FUNCIONAL

- Estudi topogràfic i funcional de la musculatura de l'aparell locomotor
- Estudi i anàlisi dels moviments específics en dansa

## 4. ANATOMIA PALPADORA

- Reconeixement de les estructures sobre un cos humà

### METODOLOGIA I ORGANITZACIÓ GENERAL DE L'ASSIGNATURA:

---

- L'assignatura es treballarà en forma de classes magistrals i classes pràctiques, amb utilització de suport informàtic i d'estructures anatòmiques mòbils com esquelets, cossos desmuntables i, especialment, el cos humà.
- Els alumnes hauran de prendre apunts a les classes.
- Es farà referència constant al propi cos per tal de reconèixer, sobre un mateix, allò que s'ha exposat de forma teòrica.
- Es faran també classes d'anatomia palpadora, on els alumnes hauran de reconèixer les estructures anatòmiques i les capacitats de moviment en el cos d'un altre.

### AVALUACIÓ (CRITERIS, ESTRATÈGIES I/O ACTIVITATS):

---

- L'avaluació continuada es farà de forma activa i constant al llarg de tot el curs, valorant l'assistència a classe, la participació, el grau d'implicació i l'evolució de l'aprenentatge.
- Un examen final on es valorarà el grau de comprensió i de coneixements globals adquirits i la seva competència.
- Es valorarà la regularitat d'assistència, a través d'un llistat. A partir de 3 faltes no justificades per quadrimestre l'alumne podrà suspendre l'assignatura i la haurà de tornar cursar
- Valorar les actituds de responsabilitat, atenció, perseverança, interès i curiositat per la matèria a través de la implicació i participació demostrada a classe.
- Valorar les actituds de interacció amb el grup

#### Ponderació:

La nota final es divideix entre els exàmens parcials i finals.

L'examen final dóna la nota definitiva, amb un marge de millora d'un 10 per cent per actitud, participació, assistència, etc.

L'assistència és obligatòria, permetent un màxim del 15% de faltes no justificades (3 classes sobre 15).

#### AVALUACIÓ ÚNICA:

La modalitat d'avaluació única es podrà establir en casos excepcionals que, un cop feta la matrícula, justifiquin documentalment una causa imprevista i sobrevinguda de força major que impedeixi l'assistència regular a l'assignatura i en casos de canvi o solapament horari provocats per l'escola amb posterioritat al període de matriculació. Es pot consultar el detall d'aquesta modalitat a la Guia de l'estudiant del CSD.

#### ASSISTÈNCIA

L'assistència mínima per aprovar l'assignatura és del 70%-80% segons el criteri del docent. Només es consideraran faltes justificades les absències per activitats acadèmiques aprovades per l'escola. Es poden consultar més detalls sobre l'assistència a la Guia de l'estudiant del CSD.

### BIBLIOGRAFIA, FONTS I RECURSOS DE DOCUMENTACIÓ:

---

#### Bàsics

BORDIER, Georgette. ANATOMIE APLIQUEE A LA DANSE. Ed Amphora, 1985. Paris

CALAIS-GERMAIN, Blandine. ANATOMIA PARA EL MOVIMIENTO

ETIENNE, J.C. SPORT ET REEDUCATION. Ed Masson. Paris

F.P. KENDALL. MUSCULOS. Marban Libros S.L

KAPANDJI, I.A. CUADERNOS DE FISILOGIA ARTICULAR. Ed. Toray-Masson. Barcelon

WIRHED, Roif. ANATOMIE ET SCIENCE DU GEST SPORTIF. Ed Vigot. Paris

TIXA, SERGE ATLAS DE ANATOMIA PALPATORIA DEL CUELLO, TRONCO Y EXTREMIDAD SUPERIOR: ( tomo 1) de Ed.Masson



TIXA, SERGE ATLAS DE ANATOMIA PALPATORIA (TOMO 2) Ed. MASSON

LONG, RAY LOS MUSCULOS CLAVE EN EL HATHA YOGA (VOLUMEN I) Ed. ACANTO

Webs d'interès:

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

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

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