



## Programa de estudio

### 1.-Área académica

Cualquiera

### 2.-Programa educativo

Cualquiera

### 3.-Dependencia/Entidad académica

Dirección General de Difusión Cultural

### 4.-Código

### 5.-Nombre de la Experiencia educativa

### 6.-Área de formación

4.-Código	5.-Nombre de la Experiencia educativa	6.-Área de formación	
		Principal	Secundaria
DART 80021	Danza Terapia 1	Electiva	

### 7.-Valores de la experiencia educativa

Créditos	Teoría	Práctica	Total horas	Equivalencia (s)
5	1hr.	3hrs	60hrs	

### 8.-Modalidad

### 9.-Oportunidades de evaluación

Taller	AGJ= Cursativa
--------	----------------

### 10.-Requisitos

Pre-requisitos	Co-requisitos
Ninguno	Ninguno

### 11.-Características del proceso de enseñanza aprendizaje

Individual / Grupal	Máximo	Mínimo
Grupal	24	16

### 12.-Agrupación natural de la Experiencia

educativa (áreas de conocimiento, academia, ejes, módulos, departamentos)

Ninguna	Ninguno
---------	---------

### 14.-Fecha

Elaboración	Modificación	Aprobación
6 de enero de 2011		

### 15.-Nombre de los académicos que participaron en la elaboración y/o modificación

Martha Lidia Morales Bernal

### 16.-Perfil del docente

Licenciatura en danza contemporánea con especialidad en cualquier técnica dancística, con maestría o diplomados en Psicoterapia, Psicoballet, y danza terapia. Con un mínimo de 5 años de experiencia profesional en la danza y con experiencia mínima de 1 año en enseñanza de la danza a nivel universitario así como cursos de actualización docente.

**17.-Espacio**

Institucional

**18.-Relación disciplinaria**

Multidisciplinaria

**19.-Descripción**

La experiencia educativa de “Danzaterapia 1” se ubica en el Área de Formación de Elección Libre del MEIF considerando en una semana 1 hr. de teoría y 3 hrs. de práctica con un valor de 5 créditos. Tiene el objetivo de ofrecer al estudiante un primer acercamiento a la ejecución de danza contemporánea como terapia alternativa terapéutica, considerando las principales referencias teórico-prácticas sobre danza terapia, psicoballet, danzaterapia ericksoniana, danza terapia del centro universitario de la danza, así como la experiencia particular del programa: danza para la comunidad universitaria.

Atiende la necesidad del universitario de enfrentar situaciones de tensión, el estudiante aplica nociones y técnicas de las áreas mencionadas para estimular su cuerpo y mente en el trabajo individual y con otras personas, aprendiendo aspectos como el control de sus emociones, la expiración de sus sentimientos, la mejora de su atención y concentración y el trabajo en grupo así también como el mejoramiento en la movilidad del cuerpo y su autoestima, incrementando así la capacidad de autocontrol y autonomía acercándose al mundo de la expresión artística en un ambiente de confianza, valoración y respeto por los demás, para favorecer su autoconocimiento y crecimiento personal y profesional.

**20.-Justificación**

El aprendizaje de la danzaterapia ofrece al alumno un enfoque liberador por medio de un proceso dirigido a la tarea de la salud mental que se refiere a una entidad específica, concreta, existente y organizada que posee una forma definida ya que coadyuva la eliminación de resistencias físicas, psicológicas y socio afectivas unidas al inconsciente de la personalidad, que actúan como de limitantes de nuestras capacidades de nuestra comunicación y expresión.

La danza terapia produce grandes beneficios a la formación integral del estudiante pues favorece el desarrollo de su autoestima, promueve a través de una propuesta innovadora y flexible la satisfacción de las necesidades y características de nuestro interior y del medio ambiente por ello me es importante realizar una experiencia educativa relacionada con la conciencia y la expresión del cuerpo, queriendo que así formen parte de los principios de la rehabilitación, para que consciente del alcance de estos sean parte en el desarrollo del entrenamiento de la practica dancística enfocando el conocimiento del cuerpo humano, su sensorialidad y emotividad, pues un motivo importante de la danzaterapia es que el estudiante con dificultades emocionales se rehabilite y mejore la relación con el mismo y con los demás, así poco a poco se ira adquiriendo conocimientos y manifestaciones artísticas para alcanzar la armonía integral del individuo en el mundo sensible y el mundo físico ya que el arte cumple una función cognitiva que es reflejar lo real creando una nueva expectativa, incluyendo que el alumno involucre conceptos de disciplina compromiso, responsabilidad, honestidad, integración, participación y la integración de destrezas corporales.

**21.-Unidad de competencia**

El estudiante emplea los componentes teórico-prácticos de la danza terapia, a partir de las bases de la danza contemporánea y un método terapéutico alternativo; enriquecido con nociones de psicoballet y técnicas de danzaterapia, con el fin de orientar su energía hacia una necesidad promotora del bienestar físico y psicológico para combatir el estrés, la ansiedad la hiperactividad, la agresividad, el aislamiento, la inseguridad y la falta de integración social; en un ambiente de confianza y respeto.

**22.-Articulación de los ejes**

Los saberes que se abordan en esta experiencia educativa se relacionan con la danza contemporánea y terapias alternativas con recursos artísticos, mostrando así la autoridad e insertándose en las principales tareas de la atención a la salud (área psicológica de la salud) (eje teórico); a través del análisis de los movimientos, uso de la correcta respiración, manejo y

eliminación de resistencias y solución de acontecimientos inconclusos. El estudio de las manifestaciones psicológicas para el logro de un cambio interior, así como para la salud mental que es ilimitada, el dominio y expresión corporal entre otros (eje heurístico); en un ambiente de disciplina, responsabilidad, entusiasmo, capacidad, creatividad, sensibilidad, tolerancia a la frustración, flexibilidad, disposición favorable hacia la interacción en el intercambio de ideas y finalmente la integración individual y con el grupo (eje axiológico).

### 23.-Saberes (EJE)

Teóricos	Heurísticos	Axiológicos
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Antecedentes de la danza contemporánea y sus propósitos.</li> <li>• Fundamentos de terapias alternativas psicoterapéuticas.</li> <li>• La danza y la salud mental.</li> <li>• Antecedentes de diferentes técnicas terapéuticas.</li> <li>• Técnicas del Psicoballet aplicables a la danzaterapia.</li> <li>• Técnicas básicas de la danza terapia de acuerdo con el centro universitario de la danza “CUD”.</li> <li>• Antecedentes de la danza terapia del centro Ericksoniano de México.</li> <li>• Técnicas de calentamiento corporal para iniciar el trabajo terapéutico.</li> <li>• Técnicas para mejorar la atención, concentración y apertura.</li> <li>• Formas de incrementar la capacidad de autocontrol y autonomía.</li> <li>• Formas de acercamiento del estudiante al mundo de la expresión artística.</li> <li>• Técnicas de la danza contemporánea.</li> <li>• Integración de la danza contemporánea con la psicoterapia.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Análisis del movimiento.</li> <li>• Análisis de la respiración y de la respiración profunda.</li> <li>• Manejo de técnicas de respiración</li> <li>• Análisis de la relajación.</li> <li>• Manejo de técnicas de relajación</li> <li>• Análisis de las tensiones.</li> <li>• Ejercitación de técnicas de integración</li> <li>• Ejercitación de posturas y técnicas del psicoballet aplicables en la danzaterapia</li> <li>• Aplicación de técnicas de comunicación</li> <li>• Reconocimiento de códigos no verbales.</li> <li>• Aplicación de técnicas para ayudar a socializar las emociones actitudes y percepciones en el trabajo individual y en grupo.</li> <li>• Aplicación de técnicas de l calentamiento corporal para el trabajo terapéutico</li> <li>• Análisis progresivo en la autoestima.</li> <li>• Establecer mediante el entrenamiento de la danza contemporánea la continuidad, fluidez y fortalecimiento de nuestra autoestima.</li> <li>• Ejercitación de la expresión corporal</li> <li>• Práctica de la comunicación no verbal y verbal de forma clara y expresiva.</li> <li>• Habilidades básicas y analíticas de pensamiento.</li> <li>• Identificación de hábitos y posturas incorrectas, así como las habilidades de contacto.</li> <li>• Desarrollo de un esquema metodológico en la danzaterapia.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Puntualidad.</li> <li>• Disciplina.</li> <li>• Constancia.</li> <li>• Responsabilidad.</li> <li>• Compromiso.</li> <li>• Perseverancia.</li> <li>• Confianza.</li> <li>• Empatía.</li> <li>• Apertura.</li> <li>• Tenacidad.</li> <li>• Creatividad.</li> <li>• Respeto a los otros.</li> <li>• Tolerancia.</li> <li>• Disposición favorable hacia la interacción e intercambio de ideas.</li> <li>• Flexibilidad.</li> <li>• Sensibilidad.</li> <li>• Seguridad.</li> <li>• Plenitud.</li> <li>• Integridad.</li> <li>• Disposición.</li> </ul>

## 24.-Estrategias metodológicas

De aprendizaje	De enseñanza
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Exposición de motivos y metas.</li> <li>• Búsqueda de fuentes de información.</li> <li>• Lecturas de material teórico.</li> <li>• Síntesis e interpretación.</li> <li>• Comprensión de videos y películas.</li> <li>• Imitación de modelos.</li> <li>• Repetición simple y acumulativa.</li> <li>• Bitácoras personales.</li> <li>• Visualización.</li> <li>• Improvisación</li> <li>• Resolución de problemas.</li> <li>• Aprovechamiento y elevación de la autoestima.</li> <li>• Exposición de los ejercicios de entrenamiento de danza contemporánea con fluidez, continuidad y desarrollo.</li> <li>• Exposición de temas de comunicación no verbal y verbal en forma clara y asertiva.</li> <li>• Mejoramiento de destrezas corporales y psicológicas en un espacio de apertura, respeto y conciencia para así motivar una mejor salud mental.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Encuadre.</li> <li>• Diálogos simultáneos.</li> <li>• Dirección de ejercicios diferentes enfocados a sanar situaciones difíciles.</li> <li>• Lecturas comentadas.</li> <li>• Organización de grupos colaborativos.</li> <li>• Modelaje. Ilustraciones.</li> <li>• Exposición con apoyo tecnológico variado.</li> <li>• Agenda de secciones.</li> <li>• Diversas exposiciones recreativas.</li> <li>• Integración de los conceptos de la danza terapia.</li> </ul>

## 25.-Apoyos educativos

Materiales didácticos	Recursos didácticos
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Material impreso</li> <li>• Películas</li> <li>• Pistas musicales</li> <li>• DVDs</li> <li>• Fotocopias</li> <li>• Apuntes</li> <li>• Libros de consulta</li> <li>• Laminas del funcionamiento cerebral</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Reproductor de CD's</li> <li>• instrumentos de percusiones</li> <li>• grabadora</li> <li>• reproductor de películas y televisión.</li> <li>• Pintarrón</li> <li>• Espacio educativo adecuado, amplio, aduelado, o alfombrado y de preferencia con espejos y barras</li> </ul>

## 26.-Evaluación del desempeño

Evidencia (s) de desempeño	Criterios de desempeño	Ámbito (s) de aplicación	Porcentaje
Compilación de reporte de lectura y bitácoras personales.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Suficiencia</li> <li>• Capacidad de síntesis</li> <li>• Claridad</li> <li>• Coherencia</li> <li>• Reflexión</li> </ul>	Aula y extra muros	15 %
Exposición de tareas de investigación.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Manejo del tema</li> <li>• Claridad en la expresión de sus ideas</li> <li>• Pertinencia</li> <li>• Congruencia</li> <li>• Suficiencia</li> </ul>	Aula y extramuros	10%

Desarrollo de ejercicios de danza terapia.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Puntualidad.</li> <li>• Concentración.</li> <li>• Congruencia.</li> <li>• Coherencia.</li> <li>• Apego a instrucciones</li> </ul>	Aula	25%
Desarrollo de un diseño corporal estructurado con algún tema difícil a resolver.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Dominio de la expresión corporal.</li> <li>• Dominio de las respiraciones profundas.</li> <li>• Dominio de la motivación y el gesto.</li> <li>• Colocación.</li> </ul>	Aula	25%
Presentación abierta al público sobre un diseño coreográfico placentero	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Apego a instrucciones.</li> <li>• Seguimiento de la música.</li> <li>• Imaginación.</li> <li>• Disfrute.</li> <li>• Sensibilidad.</li> <li>• Emotividad.</li> <li>• Entusiasmo.</li> <li>• Dominio de técnicas</li> <li>• Creatividad</li> <li>• Seguridad</li> <li>• Desarrollo</li> <li>• Apego a instrucciones</li> </ul>	Auditorios o explanadas	25%
		Total	100%

### 27.-Acreditación

Para acreditar esta experiencia educativa de desempeño el estudiante deberá haber cubierto con suficiencia cada evidencia de desempeño, es decir que cada una de ellas haya obtenido cuando menos el 70 %, así como cubrir el 80% de las asistencias.

### 28.-Fuentes de información

#### Básicas

- Farinas G. (1993) Psicoballet, método psicoterapéutico urbano. Puebla, Mexico. Facultad de Psicología, U A P Editorial.
- Fux, M (1997) La formación del danzaterapeuta. Barcelona, España: Gedisa, s.a de c.v. , Editorial.
- Goleman D. (1995) Inteligencia emocional. Mexico D.F. Javier Verara Editorial.
- Instituto de investigaciones psicológicas, U.V (2009) Psicología y Salud, Xalapa, Ver., Mexico: Universidad Veracruzana, Editorial.
- Sambrano (2000) PNL Programacion Neurolinguistica para todos. D.F. Mexico: Alfa mega, grupo editor S.A de C.V
- Shub, N (2004) Las resistencias en la terapia Gestalt Xalapa, Mexico: CEIG, Editorial.
- Sánchez E . Psicología Social (1978) Mexico. Oasis Editores.
- Stevens, J.O (2000) El darse cuenta. Mexico, Mexico: Cuatro vientos Editorial.
- Waisburd, G (1995) Creatividad y transformación: teorías y técnicas. Mexico. Trillas Editorial.
- Young Trillas Editorial.

**Complementarias**

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

[www.laserpiente.com.mx](http://www.laserpiente.com.mx)

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

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

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