

DECANATURA DE ESTUDIANTES
DEPORTES
PROGRAMA CURSO
2021-20

1. INFORMACIÓN DEL CURSO

NOMBRE DEL CURSO: Capoeira

CNR: 10592

CÓDIGO: Depo - 1232

SECCIÓN: 1

CRÉDITO: 1

EPSILON: SI _ NO

PROFESOR RESPONSABLE: Luisa Fernanda Zúñiga Antolinez

CORREO ELECTRÓNICO: lf.zuniga@uniandes.edu.co

SALÓN: Virtual

PLATAFORMA: ***Bloque Neón*** y zoom

HORARIO: Miércoles 2:00 – 2:45 p.m.

2. DESCRIPCIÓN DEL CURSO:

La capoeira Angola es una disciplina que permite al individuo abrirse al mundo de los demás a partir de movimientos consagrados en la misma disciplina al ritmo de la música. En este dialogo corporal prima es el respeto hacia el otro (A) y hacia si mismo y la improvisación mediada por movimientos específicos, pero sumamente variados.

La Capoeira Angola es una expresión afro-brasilera que comenzó a ser practicada en Brasil con la llegada de africanos esclavizados, específicamente de la nación Bantu, principal grupo de africanos del sur de Angola llevados a Brasil en los primeros siglos de la esclavitud. Hoy, la Capoeira Angola es una de las más auténticas y representativas manifestaciones culturales de la diáspora africana en América latina.

En este curso las y los participantes podrán desarrollar los niveles de concentración, escucha y toma de decisiones en el juego de la capoeira angola introduciéndose de este modo al movimiento de resistencia, flexibilidad y balance.

3. OBJETIVOS DEL CURSO:

- Aportar a la formación integral del individuo herramientas que le permitan relacionarse con los otros a través de la capoeira Angola.
- Promover la importancia del respeto de hacia los demás por medio de la capoeira Angola
- Enseñar técnicas básicas de movimientos de la Capoeira Angola

4. METODOLOGÍA DE TRABAJO:

<u>Metodología para desarrollo de contenidos teóricos y prácticos</u>		Requerimientos materiales. Lecturas didácticas, apoyos digitales.
<i>Actividades presenciales:</i> Exposición de los temas a tratar en el semestre. Movimientos corporales desde la Capoeira Angola Musicalidad de la Capoeira Angola Reflexiones finales de cada sesión.	<i>Actividades independientes:</i> Prácticas individuales de los ejercicios vistos en cada sesión. Investigación individual sobre la capoeira Angola	Equipo de sonido en buen estado Portátil Vídeos de apoyo con las temáticas vistas en clase.

5. CONTENIDOS DEL CURSO:

N° de clase	Temas para la clase	Se evaluará	Se busca en el estudiante
1	Presentación del docente con los estudiantes y los estudiantes con el docente. Introducción del curso. Presentación de contenidos y metodología a seguir. Primer acercamiento a la capoeira Angola.	La comprensión del objetivo del curso en el marco de su formación integral. La expresión corporal de cada estudiante por medio de la capoeira Angola.	Acercamiento Docente-estudiante, estudiante-docente y estudiante-estudiante. Sensibilizar a los estudiantes por medio de la capoeira Angola para iniciar un reconocimiento de si y del otro. Comprensión los objetivos del curso en general.
2	Movimientos principales de la capoeira Angola Teórico-Práctico	El manejo del cuerpo a partir de la ejecución de los movimientos principales de la capoeira angola.	Comprensión de la ejecución de los movimientos principales de la capoeira angola y la importancia de escuchar al otro.
3	Movimientos principales de la capoeira Angola	El manejo del cuerpo a partir de la ejecución de los movimientos principales de la capoeira angola.	Comprensión de la ejecución de los movimientos principales de la capoeira angola y la importancia de escuchar al otro.
4	Movimientos de ataque de la capoeira Angola, ejercicios de fortalecimiento Exploración individual	El manejo del cuerpo a partir de la ejecución de los movimientos de ataque de la capoeira angola.	Comprensión de la ejecución de los movimientos de ataque de la capoeira angola y la importancia de no lastimar al otro.
5	Movimientos de ataque de la capoeira Angola, ejercicios de fortalecimiento. Exploración individual	El manejo del cuerpo a partir de la ejecución de los movimientos de ataque de la capoeira angola.	Comprensión de la ejecución de los movimientos de ataque de la capoeira angola y la importancia de no lastimar al otro.
6	Movimientos de defensa de la capoeira Angola teórico-práctico Exploración Individual	El manejo del cuerpo a partir de la ejecución de los movimientos de defensa de la capoeira angola.	Comprensión de la ejecución de los movimientos de defensa de la capoeira angola y la importancia del autocuidado.

7	Movimientos de defensa de la capoeira Angola, ejercicios de fortalecimiento Exploración Individual	El manejo del cuerpo a partir de la ejecución de los movimientos de defensa de la capoeira Angola	Comprensión de la ejecución de los movimientos de defensa de la capoeira Angola y la importancia del autocuidado.
8	Relación de los movimientos de defensa y ataque en el juego limpio de la capoeira Angola Teórico-práctico Exploración individual	El manejo del cuerpo a partir de la ejecución de los movimientos de defensa y ataque de la capoeira Angola	Comprensión de la ejecución de los movimientos de defensa y ataque de la capoeira Angola y la importancia del autocuidado y el cuidado del otro en el juego.
9	Relación de los movimientos de defensa y ataque en el juego limpio de la capoeira Angola, ejercicios de fortalecimiento. Exploración individual	El manejo del cuerpo a partir de la ejecución de los movimientos de defensa y ataque de la capoeira Angola	Comprensión de la ejecución de los movimientos de defensa y ataque de la capoeira Angola y la importancia del autocuidado y el cuidado del otro en el juego.
10	Relación de los movimientos de defensa y ataque en el juego limpio de la capoeira Angola, Ejercicios de fortalecimiento Exploración individual	El manejo del cuerpo a partir de la ejecución de los movimientos de defensa y ataque de la capoeira Angola	Comprensión de la ejecución de los movimientos de defensa y ataque de la capoeira Angola y la importancia del autocuidado y el cuidado del otro en el juego.
11	La acrobacia básica de la capoeira Angola	El manejo del cuerpo a partir de la ejecución de los movimientos de pre acrobacia de la capoeira Angola.	Comprensión de la ejecución de los movimientos pre acrobáticos de la capoeira Angola y la importancia del autocuidado.
12	La acrobacia básica de la capoeira Angola	El manejo del cuerpo a partir de la ejecución de los movimientos de pre-acrobacia de la capoeira Angola.	Comprensión de la ejecución de los movimientos pre acrobáticos de la capoeira Angola y la importancia del autocuidado.
13	Relación de los movimientos de defensa y ataque con pre-acrobacia en el juego limpio de la capoeira Angola Exploración individual	El manejo del cuerpo a partir de la ejecución de los movimientos de defensa y ataque con pre acrobacia de la capoeira Angola.	Comprensión de la ejecución de los movimientos de defensa y ataque con pre acrobacia de la capoeira Angola y la importancia del autocuidado y el cuidado del otro en el juego.
14	Relación de los movimientos de defensa y ataque con pre-acrobacia en el juego limpio de la capoeira Angola Exploración individual	El manejo del cuerpo a partir de la ejecución de los movimientos de defensa y ataque con pre-acrobacia de la capoeira Angola.	Comprensión de la ejecución de los movimientos de defensa y ataque con pre acrobacia de la capoeira Angola y la importancia del autocuidado y el cuidado del otro en el juego

15	Relación de los movimientos de defensa y ataque con pre acrobacia en el juego limpio de la capoeira angola Exploración individual Juego en parejas	El manejo del cuerpo a partir de la ejecución de los movimientos de defensa y ataque con pre acrobacia de la capoeira Angola.	Comprensión de la ejecución de los movimientos de defensa y ataque con pre acrobacia de la capoeira angola y la importancia del autocuidado y el cuidado de otro en el juego
16	Rueda de Capoeira Angola	El manejo del cuerpo dentro de la rueda de capoeira Angola (juego)	.Comprensión del ritual de la capoeira Angola y la no competencia, lo más importante es el autocuidado y el cuidado con el otro.

6. EVALUACIÓN:

La evaluación como proceso permanente de la intención educativa posee un sentido netamente formativo, del cual se desprenden las acciones pertinentes para su planeación, ejecución y control.

Por tratarse de una actividad centrada en la práctica (en la cual existe un pequeño apoyo en lo teórico), es menester que cada fundamento técnico, sea analizado, practicado y evaluado en forma estructurada y continua por consiguiente la aprobación o no aprobación de la electiva depende de la asistencia de los estudiantes a la misma.

De acuerdo con lo anterior, la temática abordada y practicada en cada clase, cuyo objetivo y parámetros están previamente determinados por los docentes, está sujeta a la evaluación con base en la ejecución de los principales patrones corporales de la capoeira Angola y sus derivados, para de este modo el estudiante logre un auto-reconocimiento y la importancia que tiene el reconocer al otro como un ser semejante.

Por todo lo anterior debe dejar claridad que el estudiante debe asistir al 80% de las clases lo que quiere decir que si llega a tener más de tres (3) inasistencias el curso será reprobado.