

<b>TÍTOL SUPERIOR DE DANSA</b>	
<i>TÍTULO SUPERIOR DE DANZA</i>	
<b>GUIA DOCENT DE CENTRES ISEACV</b>	<b>Curs / Curso</b>
<i>GUÍA DOCENTE DE CENTROS ISEACV</i>	<b>2018/2019</b>

<b>1 Dades d'identificació de l'assignatura</b> <i>Datos de identificación de la asignatura</i>					
Centre <i>Centro</i>	<b>Conservatori Superior de Dansa de València</b>				
Nom de l'assignatura <i>Nombre de la asignatura</i>	<b>Anatomía y Biomecánica Aplicada a la Danza I</b>				
Crèdits ECTS <i>Créditos ECTS</i>	<b>4</b>	Curs <i>Curso</i>	1º	Semestre <i>Semestre</i>	Anual
Caràcter de l'assignatura <i>Carácter de la asignatura</i> <small>bàsica, específica, optativa</small> <i>básica, específica, optativa</i>	<b>ESPECÍFICA</b>	Idioma/es en que s'imparteix l'assignatura <i>Idioma/s en que se imparte la asignatura</i>			ESPAÑOL
Matèria <i>Materia</i>	Ciencias de la Salud Aplicadas a la Danza				
Especialitat <i>Especialidad</i>	Pedagogía de la danza / Coreografía e interpretación				
Departament <i>Departamento</i>	Pedagogía de la danza / Coreografía e interpretación				
Professorat <i>Profesorado</i>	M <sup>a</sup> Àngeles Pamblanco Valero				
e-mail professorat <i>e-mail profesorado</i>	pamblanco_marval@gva.es				

<b>1.1 Objectius generals i contribució de l'assignatura al perfil professional de la titulació</b> <i>Objetivos generales y contribución de la asignatura al perfil profesional de la titulación</i>	
<p>Esta asignatura introduce a los alumnos en el conocimiento de la Cinesiología Aplicada a la Danza; conocimiento de la morfología, estructura y funciones básicas, principalmente, del sistema músculo-esquelético del cuerpo humano sano. Asimismo, se introduce a los alumnos en el estudio de los aspectos biomecánicos y cuantitativos de la Cinesiología, relevantes para un conocimiento y rendimiento óptimo en danza.</p> <p>Conocimiento científico del cuerpo humano que sirve de base para profundizar en cursos y asignaturas posteriores, en sus capacidades y limitaciones, de manera que permita a los alumnos entender las lesiones más frecuentes en danza, desde una faceta preventiva, favoreciendo la correcta toma de decisiones con el fin optimizar la práctica profesional.</p> <p>Objetivos generales:</p> <p>O.G.1-Conocer la estructura, morfología y funcionalidad del cuerpo humano, especialmente los sistemas esquelético y muscular, básicos para el conocimiento y desarrollo de la danza.</p> <p>O.G.2-Identificar y comprender los principios y teorías de la Biomecánica y sus principales</p>	

aplicaciones en el ámbito de la danza.

O.G.3-Proporcionar al alumno una base de conocimientos cinesiológicos del aparato locomotor, generales y específicos, que le son necesarios para comprender mejor, el cuerpo humano y su movimiento y extrapolarlo a la práctica de la danza de una forma profesional con el fin de optimizar el rendimiento.

## 1.2 Coneixements previs

*Conocimientos previos*

Requisitos recomendables: conocimientos previos de Biología y Física general correspondientes a la orientación Bachillerato LOGSE de Ciencias de la Salud o equivalente.

## 2 Competències de l'assignatura

*Competencias de la asignatura*

Les competències venen establides en els plans d'estudis publicats en la corresponent orde de 2 de novembre de 2011.

*Las competencias vienen establecidas en los planes de estudios publicados en la correspondiente orden de 2 de noviembre de 2011*

Competencias transversales (CT) o genéricas (CG)

CT1 Organizar y planificar el trabajo de forma eficiente y motivadora.

CT2 Recoger información significativa, analizarla, sintetizarla y gestionarla adecuadamente

CT4 Utilizar eficientemente las tecnologías de la información y la comunicación.

CG2 Tener un conocimiento amplio de las técnicas y los lenguajes de la danza, del movimiento y de las disciplinas corporales, así como el repertorio desde el punto de vista técnico, estilístico e interpretativo.

CG3 Conocer los principios básicos tanto teóricos como prácticos, del funcionamiento del cuerpo humano, con el objeto de proporcionar una visión global e integradora del mismo.

CG4 Desarrollar la capacidad para entender las características específicas de cada individuo, aplicando todo ello en el desarrollo y ejercicio profesional.

Competencias específicas

CE3 Conocer la anatomía, fisiología y biomecánica del cuerpo humano, sus capacidades y limitaciones como vehículo de expresión artística, así como las patologías más frecuentes y su prevención para poder optimizar su interpretación y su labor creativa.

CE4 Desarrollar capacidad para entender las características específicas de cada individuo para optimizar su interpretación y su tarea creativa.

<b>3 Resultats d'aprenentatge</b> <i>Resultados de aprendizaje</i>	
RESULTATS D'APRENENTATGE RESULTADOS DE APRENDIZAJE	COMPETÈNCIES RELACIONADES COMPETENCIAS RELACIONADAS
R1-Adquirir la formació científica essencial aplicada a la cinesiologia de la dansa. Identificar, comprendre i relacionar la estructura i funció del cos humà (sistemes i aparells) i els principis biomecànics bàsics, rellevants en la optimització de la pràctica professional (especial atenció a els sistemes muscular i esquelètic; aparell locomotor). Conocer y analizar <ul style="list-style-type: none"> <li>función del sistema musculoesquelético (tronco, miembro inferior y miembro superior)</li> <li>relación de la fuerza (interna, externa) con el movimiento y la postura</li> <li>factores morfológicos y mecánicos en la generación de fuerza</li> </ul>	CG3, CG4, CE3, CE4
R2-Conocer y utilizar las técnicas y metodologías básicas que se pueden aplicar en el estudio y análisis funcional de habilidades específicas en danza (análisis cinesiológico del movimiento en danza).	CT1, CT2, CT4, CG2, CG3, CE3
R3- Experimentar y familiarizarse tanto con el material específico de prácticas (piezas anatómicas, modelos anatómicos, animaciones, atlas, material de valoración articular, etc.), como con el material auxiliar (fitball, bandas elásticas, superficies inestables, etc.) para situar, identificar y reconocer las estructuras del cuerpo humano, su morfología y su funcionalidad (información cinemática y cinética).	CT2, CG3, CE3, CE4

<b>4 Continguts de l'assignatura</b> <i>Contenidos de la asignatura</i>	
Descripció per blocs de contingut, unitats didàctiques, temes,... Descripción por bloques de contenido, unidades didácticas, temas,... UNIDADES DIDÁCTICAS	
<b>BLOQUE TEMÁTICO I.</b>  Introducción a la Anatomía y Biomecánica funcional del Aparato Locomotor. Principios del soporte y el movimiento	Tema 1. Generalidades de Anatomía y Biomecánica Tema 2. Sistema óseo. Tejido óseo. Esqueletos axial y apendicular Tema 3. Estructura y función básicas de las articulaciones Tema 4. Sistema muscular. Sistema neuromuscular. Tema 5. Introducción al análisis funcional del movimiento en danza.
<b>BLOQUE TEMÁTICO II.</b>  Esqueleto Axial	Tema 6. Anatomía y Biomecánica funcional del tronco. Columna vertebral Tema 7. Tórax: Osteología, Artrología. Tema 8. La respiración. Musculatura Tema 9. Musculatura del tronco I: músculos de las porciones posterior (capa superficial, intermedia y profunda de la espalda), y anterolateral del tronco (músculos abdominales) Tema 10. Músculos del tronco II. Músculos anterolaterales y posteriores de la región cráneo cervical. Tema 11. Anatomía y Biomecánica funcional del raquis aplicadas a la danza.

<p><b>BLOQUE TEMÁTICO III.</b> Extremidad inferior.</p>	<p>Tema 12. Miembro inferior: cadera, rodilla tobillo y pie. Osteología. Artrología Tema 13. Miembro inferior: sistemas neuromusculares proximales. Tema 14. Miembro inferior: sistemas neuromusculares distales Tema 15. Anatomía y Biomecánica funcional del miembro inferior aplicadas a la danza</p>
<p><b>BLOQUE TEMÁTICO IV.</b> Extremidad Superior</p>	<p>Tema 16. Miembro superior: complejo del hombro, codo y muñeca-mano. Osteología. Artrología Tema 17. Miembro superior: sistemas neuromusculares proximales Tema 18. Miembro superior. Sistemas neuromusculares distales. Tema 19. Anatomía y Biomecánica funcional del miembro superior aplicadas a la danza</p>

<b>5 Activitats formatives</b> <i>Actividades formativas</i>			
<b>5.1 Activitats de treball presencials</b> <i>Actividades de trabajo presenciales</i>			
ACTIVITATS <i>ACTIVIDADES</i>	Metodologia d'ensenyança-aprenentatge <i>Metodología de enseñanza-aprendizaje</i>	Relació amb els Resultats d'Aprenentatge <i>Relación con los Resultados de Aprendizaje</i>	Volum treball (en n° hores o ECTS) <i>Volumen trabajo (en n° horas o ECTS)</i>
Classe presencial <i>Clase presencial</i>	Exposició de continguts per part del professor o en seminaris, anàlisi de competències, explicació i demostració de capacitats, habilitats i coneixements en l'aula. <i>Exposición de contenidos por parte del profesor o en seminarios, análisis de competencias, explicación y demostración de capacidades, habilidades y conocimientos en el aula.</i>	R1 al R3	30h
Classes pràctiques <i>Clases prácticas</i>	Sessions de treball en grup supervisades pel professor. Estudi de casos, projectes, tallers, problemes, estudi de camp, aula d'informàtica, laboratori, visites a exposicions/concerts/representacions/ audicions..., cerca de dades, biblioteques, en Internet, etc. Construcció significativa del coneixement a través de la interacció i activitat de l'alumne. <i>Sesiones de trabajo grupal en grupos supervisadas por el profesor. Estudio de casos, proyectos, talleres, problemas, estudio de campo, aula de informática, laboratorio, visitas a exposiciones/conciertos/ representaciones/audiciones..., búsqueda de datos, bibliotecas, en Internet, etc. Construcción significativa del conocimiento a través de la interacción y actividad del alumno.</i>	R1 al R3	16h
Exposició treball en grup <i>Exposición trabajo en grupo</i>	Aplicació de coneixements interdisciplinaris. <i>Aplicación de conocimientos interdisciplinares.</i>	R1 al R3	10h
Tutoria <i>Tutoría</i>	Atenció personalitzada i en grup reduït. Període d'instrucció i/o orientació realitzat per un tutor/a amb l'objectiu de revisar i discutir els materials i temes presentats en les classes, seminaris, tallers, lectures, realització de treballs, projectes, etc. <i>Atención personalizada y en pequeño grupo. Periodo de instrucción y/o orientación realizado por un tutor/a con el objetivo de revisar y discutir los materiales y temas presentados en las clases, seminarios, talleres, lecturas, realización de trabajos, proyectos, etc.</i>	R1 al R3	15h
Avaluació <i>Evaluación</i>	Conjunt de proves (audicions, orals i/o escrites) empleades en l'avaluació inicial, formativa o additiva de l'alumne. <i>Conjunto de pruebas (audiciones, orales y/o escritas) empleadas en la evaluación inicial, formativa o aditiva del alumno.</i>	R1 al R3	4h
<b>SUBTOTAL</b>			<b>75h</b>
<b>5.2 Activitats de treball autònom</b> <i>Actividades de trabajo autónomo</i>			
ACTIVITATS <i>ACTIVIDADES</i>	Metodologia d'ensenyança-aprenentatge <i>Metodología de enseñanza-aprendizaje</i>	Relació amb els Resultats d'Aprenentatge <i>Relación con los Resultados de Aprendizaje</i>	Volum treball (en n° hores o ECTS) <i>Volumen trabajo (en n° horas o ECTS)</i>
Treball autònom <i>Trabajo autónomo</i>	Estudi de l'alumne/a: preparació i pràctica individual de lectures, textos, interpretacions, assajos, resolució de problemes, projectes, seminaris, tallers, treballs, memòries,... per a exposar, interpretar o entregar durant les classes teòriques, classes pràctiques i/o tutories de grup reduït. <i>Estudio del alumno/a: preparación y práctica individual de lecturas, textos, interpretaciones, ensayos, resolución de problemas, proyectos, seminarios, talleres, trabajos, memorias,... para exponer, interpretar o entregar durante las clases teóricas, clases prácticas y/o tutorías de pequeño grupo.</i>		22h
Estudi pràctic <i>Estudio práctico</i>	Preparació en grup de lectures, textos, interpretacions, assajos, resolució de problemes, projectes, seminaris, tallers, treballs, memòries,... per a exposar, interpretar o entregar durant les classes teòriques, classes pràctiques i/o tutories de grup reduït. <i>Preparación en grupo de lecturas, textos, interpretaciones, ensayos, resolución de problemas, proyectos, seminarios, talleres, trabajos, memorias,... para exponer, interpretar o entregar durante las clases teóricas, clases prácticas y/o tutorías de pequeño grupo.</i>		3h
Activitats complementàries <i>Actividades complementarias</i>	Preparació i assistència a activitats complementàries com tallers, exposicions, concerts, representacions, congressos, conferències,... <i>Preparación y asistencia a actividades complementarias como talleres, exposiciones, conciertos, representaciones, congresos, conferencias,...</i>		
<b>SUBTOTAL</b>			<b>25h</b>
<b>TOTAL</b>			<b>100h</b>

## 6 Sistema d'avaluació i qualificació

### Sistema de evaluación y calificación

### 6.1 Instruments d'avaluació

#### Instrumentos de evaluación

Proves escrites (proves objectives, de desenvolupament, mapes conceptuals,...), exposició oral, treballs dirigits, projectes, tallers, estudis de cas, quaderns d'observació, portafolio,...

Pruebas escritas (pruebas objetivas, de desarrollo, mapas conceptuales,...), exposición oral, trabajos dirigidos, proyectos, talleres, estudios de caso, cuadernos de observación, portafolio,...

INSTRUMENT D'AVALUACIÓ INSTRUMENTO DE EVALUACIÓN	Resultats d'Aprenentatge avaluats Resultados de Aprendizaje evaluados	Percentatge atorgat (%) Porcentaje otorgado (%)
1. Prueba de conocimientos teórico-prácticos.	R1-R3	70%
2. Asistencia-participación en clases teóricas, prácticas		15%
3. Asistencia-participación en seminarios con preparación y exposición de trabajos grupales teórico-prácticos.		15%

### 6.2 Criteris d'avaluació i dates d'entrega

#### Criterios de evaluación y fechas de entrega

#### **OPCIÓN A. EVALUACIÓN CONTINUA.**

#### **Bloques:**

**1). Prueba escrita de conocimientos teórico-prácticos.** Representarán el 70% de la nota final.

El examen constará de una parte de preguntas de tipo test con respuestas de opción múltiple y otra parte de preguntas cortas.

**2). Asistencia y participación activa en clases teóricas y prácticas.** Representará el 15% de la nota final.

**3). Asistencia y participación activa en los seminarios.** Preparación y exposición de trabajos grupales teórico-prácticos. Representará el 15% de la nota final.

El alumno recibirá un seguimiento continuo a lo largo del curso, valorando el esfuerzo diario, la implicación y evolución en la adquisición de destrezas y conocimientos.

#### Criterios a tener en cuenta:

- Participación y actitud del alumno en clase.
- Preparación con anterioridad del material y tareas que se requieren en la práctica o seminario.
- Entrega en formato papel o electrónico del material preparado con anterioridad a la práctica o seminario (individual o grupal).
- Entrega de un resumen del trabajo realizado durante las prácticas y seminarios: memoria final de prácticas y seminarios (diario).

#### **ATENCIÓN:**

- La **asistencia** tanto a los seminarios como a las clases prácticas y teóricas es **obligatoria**.

**Asistencia mínima:** 80% (seminarios y prácticas) y 75% (teóricas).

- **Para poder optar a la evaluación (continua) por parciales es necesario cumplir con la asistencia obligatoria a seminarios-prácticas-teóricas de cada semestre.**

Para **aprobar** la asignatura:

- se deberá obtener la nota mínima de 5 puntos entre los tres bloques;
- siempre y cuando se alcance la nota mínima por bloque;
- si no se alcanza la nota mínima por bloque, la calificación la marcará la prueba escrita

- 1). PRUEBA ESCRITA DE CONOCIMIENTOS TEÓRICO-PRÁCTICOS.
  - nota mínima: 3.5 puntos
  - nota máxima: 7 puntos.
- 2). ASISTENCIA Y PARTICIPACIÓN ACTIVA EN CLASES TEÓRICAS Y PRÁCTICAS.
  - nota máxima: 1.5 puntos.
- 3). ASISTENCIA Y PARTICIPACIÓN ACTIVA EN LOS SEMINARIOS.
  - nota máxima: 1.5 puntos.

Los alumnos que no superen la prueba escrita de conocimientos teórico-prácticos (bloque I) no se les contabilizarán el resto de secciones. Pasarán directamente a la convocatoria extraordinaria, manteniéndoles para la misma la nota que obtuvieron en los bloques 2 y 3.

### **OPCIÓN B. EVALUACIÓN.**

- 1). PRUEBA ESCRITA DE CONOCIMIENTOS TEÓRICO-PRÁCTICOS (Temario completo).
  - nota mínima: 3.5 puntos
  - nota máxima: 7 puntos.
- 2). TRABAJO INDIVIDUAL (condiciones a concretar con el profesorado).
  - nota máxima: 1.5 puntos.

Para **aprobar** la asignatura:

- se deberá obtener la nota mínima de 5 puntos entre los dos bloques;
- siempre y cuando se alcance la nota mínima por bloque;
- si no se alcanza la nota mínima por bloque, la calificación la marcará la prueba escrita.

### **Período de exámenes:**

Convocatoria ordinaria (1er parcial): 24 y 25 de enero de 2019 (dependiendo del grupo: coreografía/pedagogía. Temas: T1-9).

Convocatoria ordinaria (2º parcial o final): 30 de mayo de 2019 y 4 de junio de 2019 [dependiendo del grupo: coreografía/ pedagogía. Temas: T10-19 (2º parcial)/ o T1-19 (final)].

(Los contenidos de evaluación de los parciales, por temas, son meramente orientativos).

***Los contenidos y fechas de los exámenes pueden verse modificados por posibles eventualidades que influyan en la docencia de la asignatura (huelgas, movilizaciones, jornadas culturales, etc.). En su caso, las modificaciones serán comunicadas a los alumnos con la mayor antelación posible.***

**Se publicarán** en tiempo y forma las calificaciones obtenidas por los alumnos según el calendario del centro.

**La revisión de los exámenes** se efectuará una vez se reciba la solicitud formal por parte del alumno y en el periodo fijado por el centro.

**Evaluación y calificación de la asistencia o participación en actividades complementarias y actividades de centro.**

Trabajo voluntario. Aquellos alumnos que lo deseen podrán optar a subir la nota, hasta 0.5 puntos

en la nota final, mediante un trabajo de carácter voluntario. El tema de dicho trabajo tendrá que ser consensuado con la profesora. Para subir nota (0.5 puntos) es necesario tener aprobada la asignatura

**Exámenes y pruebas escritas:** las faltas de ortografía, la falta de claridad y coherencia expresiva influirán en la calificación de las mismas. En 1er curso se penalizará con un 10% la ortografía y otro 10% la redacción deficiente.

**Trabajos escritos:** los trabajos presentados deberán tener rigor, estructura, coherencia, buena redacción y buena presentación, acorde con la enseñanza superior a la que pertenecen estos estudios.

Los trabajos se elaborarán siguiendo las normas del documento facilitado por el profesor en cuanto a redacción, estructura y presentación.

El incumplimiento de los diferentes apartados supondrá en 1er curso una rebaja en la calificación obtenida por el alumno en base a los siguientes parámetros:

- 10% ortografía
- 10% redacción
- 10% estructura
- 10% referencias bibliográficas

Asimismo, los trabajos que contengan textos plagiados serán descartados para su evaluación.

**Grabaciones en vídeo.** El profesor podrá realizar grabaciones en vídeo de ejercicios o de exámenes con fines académicos o didácticos. Dicho material audiovisual será estrictamente para uso interno.

### **CONDICIÓN DE NO PRESENTADO (NP)**

Si por circunstancias excepcionales (trabajo, enfermedad...) un alumno perdiera el derecho a la evaluación continua, y no se sintiera preparado para presentarse a la asignatura, deberá solicitar la concesión del NP al Centro, siendo la Comisión de Coordinación Académica y el Director quienes decidirán al respecto.

Si no se solicita, o no se obtiene, ese alumno será evaluado por los diferentes mecanismos de heteroevaluación, reflejados en esta GD, y que hemos empleado una vez iniciado el curso; por tanto, se le pondrá una nota cuantitativa.

«No presentado/a» es una condición y no una calificación. Por ello, el NP se considera algo excepcional, es decir, absolutamente justificado por diferentes motivos (trabajo, enfermedad...) y estará sometido a la consideración que la Comisión de Coordinación Académica, y en última instancia a la Dirección del Centro. A partir de este curso no se pueden acumular más de 3 NP consecutivos, calificándose la siguiente convocatoria obligatoriamente.

### **6.3 Sistemas de recuperación** *Sistemas de recuperación*

Convocatoria extraordinaria: 2 y 4 de julio de 2019 (dependiendo del grupo: pedagogía/coreografía)

Se mantienen los criterios de evaluación-calificación de la opción B (apartado 6.2)



## 7 Bibliografía

### *Bibliografía*

- Aguado, X.(1993). Eficacia y técnica deportiva. Inde. Zaragoza.
- Bordier, G. Anatomía aplicada a la danza. Paris.
- Calais-Germain, B.(1998). Anatomía para el movimiento. Tomos I-II. La Liebre de Marzo. Barcelona.
- Calais-Germain, B.(2007). La respiración. Anatomía para el movimiento. Tomo IV. La Liebre de Marzo. Barcelona.
- Calais- Germain, B.(2007). El periné femenino. Anatomía para el movimiento. Tomo III. La Liebre de Marzo. Barcelona.
- Clippinger, K.(2007). Dance Anatomy and Kinesiology. Principles and exercises for improving technique and avoiding common injuries. Human Kinetics.
- Dufour, M., Pillu, M.(2006). Biomecánica funcional. Masson. Barcelona.
- Enoka, RM.(1990). Neuromechanical basis of kinesiology. Human Kinetics. USA.
- Guillén del Castillo, M., Linares, D.(2002). Bases biológicas y Fisiológicas del movimiento humano. Panamericana. Madrid.
- Howse, J.(2002). Técnica de la danza y prevención de lesiones. Paidotribo. Barcelona.
- Kapandji, IA.(1998) Cuadernos de fisiología articular. Tomos I,II,III. Masson. Barcelona
- Krasnow, D., Wilmerding, M.V.(2015). Motor learning and control for dance. Human Kinetics.
- Kreighbaum, E. Barthels, KM.(1990). Biomechanics a qualitative approach for studying human movement. Mcmillan. New York.
- Laws, K.(2008). Physics and the Art of Dance. Oxford. New York.
- Luttgens, K. Hamilton, N.(1997). Kinesiology. Scientific basis of human motion. Brown & Benchmark. USA.
- Massó, N.(2012). El cuerpo en la danza. Postura movimiento y patología. Paidotribo. Badalona.
- Neuman, D.(2007). Fundamentos de Rehabilitación Física. Paidotribo. Barcelona.
- Nordin, M. Frankel, VH.(2001). Biomecánica básica del sistema músculo esquelético. McGraw-Hill. Madrid.
- Pérez, P., Llana, S.(2015). Biomecánica básica. Aplicada a la actividad física y el deporte. Paidotribo. Badalona.
- Rohen, J.W. et al.(2002). Atlas de Anatomía Humana. Elsevier Science. Barcelona.
- Simmel, L.(2016). Práctica de La Danza. Paidotribo. Barcelona.
- Smith-Agreda et al.(1984). Atlas de los Sistemas Neuromusculares. Autor-Editor.
- Sobotta.(2002). Atlas de Anatomía Humana. Tomos I –II. Panamericana. Madrid.
- Solomon, R., Solomon, J. and Cerny, S.(2005). Preventing Dance Injuries. Human Kinetics.
- Thibodeau, G.A., Patton, K.T.(2000). Anatomía y Fisiología. Harcourt. Madrid.
- Tortora, G.J., Reynolds, S.G.(2005). Principios de Anatomía y Fisiología. Oxford. México.
- Yokochi, Ch., Rohen, J.W., Weinreb, E.L.(1991). Atlas fotográfico de Anatomía del cuerpo humano. Interamericana McGraw-Hill. Madrid.