

Ciudad Autónoma de Buenos Aires

Profesorado de Educación Física ISEF 2

Profesora Carolina Balduzzi

Ciclo de Talleres Expresivos Complementarios

_ Técnicas contemporáneas de movimiento.

_ Movimiento y Teatralidad.

_ Composición Coreográfica.

Fundamentos generales del ciclo

En estos talleres se propone abordar herramientas complementarias de la formación pedagógica de los profesores de Ed física. Contenidos que puedan ampliar las posibilidades de abordaje en el marco de la tarea pedagógica. Siendo un espacio de extensión, complementario y abierto a todos los niveles y años tiene el objetivo general de generar una experiencia individual y colectiva significativa y enfocada en la propia historicidad de tallerista. Cada ciclo de taller estará enfocado en un eje disciplinario con contenidos propios de cada disciplina pero en todos los casos atravesados por la perspectiva pedagógica. Los talleres están pensados para estudiantes en carrera docente o docentes en actividad. No son especializaciones, ni actualizaciones, sino un espacio para transitar experiencias personales en relación al propio cuerpo y al propio esquema corporal en actividad. Experiencias que pudieran habilitar nuevas miradas sobre las propias posibilidades corporales, expresivas y de comunicación que nutrirán de alguna manera las perspectivas de intervención en la tarea de cada docente. Experiencias de taller que habiliten nuevas preguntas o curiosidades en relación a las infinitas posibilidades del abordaje de la pedagogía del movimiento.

En cada ciclo se realizará una propuesta de contenidos básicos de estas tres áreas de abordaje:

_ Técnicas contemporáneas de movimiento.

_ Elementos del teatro.

_ Composición Coreográfica.

Cada taller es una unidad de trabajo completa. Cada taller solicitará luego de finalizado, una breve evaluación del mismo para que los talleristas puedan compartir con la docente y la institución que contenidos o experiencias consideran significativas para continuar y profundizar.

Para la formación de profesores de Educación Física resulta relevante superar una concepción del cuerpo centrada exclusivamente en el rendimiento o la técnica deportiva. El cuerpo debe ser también comprendido como territorio de construcción de subjetividad, de percepción, creatividad y comunicación grupal.

Con estos talleres ciclados y su posterior evaluación buscamos conocer sobre las inquietudes de los docentes o futuros docentes para generar otros espacios expresivos, complementarios en el año próximo.

Metodología / Taller

Se propone una metodología de taller. Como tal el taller es vivencial, participativo, exploratorio y reflexivo. Se priorizará el aprendizaje mediante la experiencia corporal, evitando que la enseñanza se limite a la reproducción de modelos o resultados predeterminados.

Cada encuentro podrá organizarse en cuatro momentos:

1. **Activación y disponibilidad corporal:** ejercicios de movilidad y registro del propio cuerpo.
2. **Exploración:** consignas individuales y grupales para investigar determinados contenidos elementales de cada técnica en cada taller.
3. **Composición:** selección y organización de materiales surgidos de la exploración.
4. **Socialización y reflexión:** presentación de las producciones, observación entre pares y recuperación conceptual de lo experimentado.

La docente a cargo tendrá principalmente un rol de mediador y orientador, ofreciendo consignas, preguntas y recursos que amplíen las posibilidades creativas de los talleristas.

Se favorecerá un clima de trabajo de investigación, juego y reflexión sobre las experiencias propias.

Modalidad: Taller teórico-práctico, vivencial y corporal

Duración sugerida: 4 encuentros de 2 horas cada taller. 1era fecha de difusión y presentación. Tres encuentros teórico prácticos.

Recursos

- Salón con piso adecuado para danza.
- Equipo de sonido.
- Colchonetas.

Taller 1

Técnicas contemporáneas de movimiento

Conciencia corporal profunda, percepción, movimiento y expresión.

1. Fundamentación

El presente taller propone un acercamiento vivencial a diferentes técnicas y enfoques contemporáneos del movimiento que permiten ampliar la mirada sobre el cuerpo y sus posibilidades de autopercepción y expresión. Se abordarán contenidos provenientes de la Sensopercepción, la Expresión Corporal, la Eutonía, el Método Feldenkrais, entendidos como campos que aportan recursos para el autoconocimiento y la exploración del movimiento.

Las propuestas de conciencia corporal permiten desarrollar una mayor capacidad para registrar apoyos, tensiones, respiración, postura, peso, equilibrio, tono y movimiento, además de observar la propia historicidad en relación al propio desarrollo psicomotor.

Estos aprendizajes pueden enriquecer tanto la práctica corporal personal de los futuros docentes como sus posibilidades de diseñar intervenciones pedagógicas sensibles a las necesidades y características de los alumnos, alumnas y grupos.

Objetivos

Objetivo general

Brindar a los estudiantes y docentes herramientas de conciencia corporal, percepción y movimiento provenientes de diferentes técnicas contemporáneas, favoreciendo su incorporación crítica y creativa al campo de la Educación Física.

Objetivos específicos

- Ampliar las posibilidades de registro y conciencia del propio cuerpo.
- Reconocer apoyos, tensiones, respiración, peso, tono, alineación .
- Explorar diferentes calidades y posibilidades de movimiento.
- Desarrollar una actitud de escucha y disponibilidad corporal.
- Experimentar el movimiento desde la percepción interna.
- Reconocer posibilidades de movimiento sin centrarse exclusivamente en el rendimiento.
- Explorar recursos de expresión corporal.
- Experimentar formas de improvisación y creación.
- Construir una mirada respetuosa hacia las diferentes posibilidades corporales.
- Relacionar los contenidos trabajados con posibles propuestas pedagógicas de Educación Física.

Encuentro 1.

Contenidos

- Conciencia del tono muscular.
- Conciencia ósea.
- Regulación del tono.
- Contacto.
- Apoyos.
- Presencia.

Actividades y ejercicios individuales

¿Qué capacidad tenemos de intervenir en la percepción inconsciente del tono, postura y el movimiento no técnico?

- Autopercepción del tono corporal.
- Transferencias de peso.
- Movimientos utilizando conciencia de la piel, muscular y ósea.
- Contacto con objetos – bastón.
- Exploración
- Improvisación desde la necesidad. Desde la disponibilidad.

Encuentro 2

Contenidos

- Registro sensorio motor.
- Respiración. Posibilidades de abordajes diversos.
- Ejes y alineación.
- Ontología del desarrollo psicomotor. La marcha
- Movimiento consciente.

Actividades y ejercicios individuales

¿Qué sabemos del proceso evolutivo del movimiento: seres acuáticos, anfibios, terrestres? Nociones de bipedestación, apoyos, la marcha y la carrera.

- Registro y escaneo.
- Exploración de apoyos y niveles de profundidad.
- Registro de peso y distribución del peso.
- Micromovimientos.
- Resortes.
- Desarrollo ontológico psicomotor hasta la marcha.

Encuentro 3

Contenidos

- Narrativa del movimiento
- Movimiento vs acción
- Improvisación
- Conciencia a través del movimiento.

Actividades y ejercicios individuales y grupales

- Exploración acción cotidiana y movimiento.
- Variaciones de una misma acción.
- Búsqueda de diferentes formas de desplazarse.
- Copiar, repetir, explorar.
- Narrativas. Exploración individual
- Improvisación grupal desde una estructura espacial dada.

Reflexión: ¿Existe la posibilidad de inventar una narrativa de movimiento propia?

TALLER 2

Movimiento y Teatro

Relacionar las herramientas teatrales con situaciones de la práctica docente.

Fundamentación

El teatro constituye una herramienta pedagógica versátil que permite explorar el movimiento, la voz, la expresión y el vínculo con los demás.

Las técnicas teatrales, el juego dramático y la improvisación ofrecen situaciones en las que los estudiantes pueden experimentar diferentes formas de utilizar el espacio, relacionarse con los pares, expresar emociones, resolver situaciones imprevistas y construir propuestas grupales.

La propuesta parte de considerar al cuerpo no solamente desde sus posibilidades motrices, sino también como un medio de expresión y construcción de sentido.

Se propone un abordaje fundamentalmente práctico, lúdico y vivencial, en el que las experiencias puedan posteriormente ser trasladadas a contextos propios de la Educación Física.

Objetivos

- Explorar las posibilidades expresivas propias del lenguaje teatral.
- Reconocer el cuerpo y la voz como herramientas pedagógicas.
- Desarrollar la capacidad de improvisación lúdica, narrativa y de movimiento.
- Favorecer la confianza individual y grupal.
- Experimentar diferentes formas de utilización del espacio y el movimiento.
- Incorporar recursos teatrales aplicables a situaciones de enseñanza de la Educación Física.

Contenidos

La escena

- El personaje.
- Estructuras dramáticas.
- Estéticas. Elementos del realismo, surrealismo, grotesco, clown.
- Construcción colectiva.

La voz

- La voz como recurso expresivo.
- La voz como movimiento

Improvisación

- Escucha y aceptación.
- Creación de escenas.
- Personajes y conflictos.

Texto Dramático

- Estrategias de abordajes de un texto.
- Creación de texto dramático o de una dramaturgia.

Encuentro 1

¿Qué es un personaje y cómo se construye?

Actividades y ejercicios guiados

- _ Escaneo corporal.
- _ Ejercicios de disponibilidad física expresiva.
- _ Juego grupal: El grupo se mueve conjuntamente. Cualquiera puede iniciar los cambios de dirección y movimiento; se observa, se acepta, se copia y también se propone.
- _ Exploración de la voz y el aparato fonador como parte del movimiento y la acción.
- _ El cuerpo como productor de significado. Posibilidades de construcción de un personaje desde los apoyos, postura, voz, gestualidad y desplazamiento.

Encuentro 2

¿Qué es una escena y cómo se construye?

Actividades y ejercicios guiados

- _ Escaneo corporal.
- _ Ejercicios de disponibilidad física.
- _ El personaje puesto en acción dramática.
- _ En pequeños grupos. Construcción de escenas. Estructura dramática básica:

Inicio → situación problemática → conflicto → desarrollo → clímax → resolución.

1. La situación dramática

- Circunstancias dadas.
- Contexto de la acción.
- ¿Dónde ocurre la situación?
- ¿Cuándo ocurre?
- ¿Quiénes participan?

- ¿Qué está sucediendo?
- Antecedentes de la situación.

2. Acción dramática

- Acción y reacción.
- Objetivos de los personajes.
- Acciones físicas.
- Obstáculos.
- Toma de decisiones.
- Consecuencias de las acciones.
- Transformación de una situación.
- Finales.

Encuentro 3

Estéticas y objetos

Actividades y ejercicios guiados

- _ Escaneo corporal.
- _ Ejercicios de disponibilidad física expresiva que incluyen la voz.
- _ Construir una misma escena con diferentes estéticas.
- _ El objeto como partener. El objeto que narra.
- _ Concepto de performance.
- _ Construcción de una pieza escénica breve para compartir.

TALLER 3

Composición coreográfica

Noción de estructuras y recursos de creación

Fundamentación

La composición coreográfica constituye una herramienta pedagógica privilegiada para docentes y estudiantes en formación de Educación Física. Nos permite abordar el movimiento corporal desde una perspectiva expresiva y colectiva. La construcción de una composición no se reduce al aprendizaje o reproducción de pasos determinados, sino que implica explorar las posibilidades del espacio y el tiempo colectivo.

Se busca superar una mirada exclusivamente técnica de la danza y priorizar los procesos diversos y amplios de la narrativa y composición de movimiento.

El taller propone, por lo tanto, un recorrido que parte de la exploración individual y grupal y avanza hacia la creación de pequeñas producciones coreográficas. Abordando elementos básicos de la composición: cuerpo, espacio, tiempo, energía, relación y estructura.

Objetivos

Objetivo general

Desarrollar herramientas básicas de composición coreográfica que permitan explorar, crear y organizar propuestas de movimiento individuales y grupales.

Objetivos específicos

- Explorar diferentes posibilidades de movimiento a partir de consignas abiertas.
- Reconocer y utilizar variables espaciales: niveles, direcciones, trayectorias, dimensiones y formaciones.
- Experimentar diferentes posibilidades temporales: ritmo, velocidad, duración, pausa y repetición.
- Explorar calidades y dinámicas del movimiento mediante variaciones de energía, tensión, fluidez y peso.
- Utilizar la improvisación como recurso para la creación.
- Organizar secuencias.
- Construir producciones coreográficas individuales y grupales.
- Desarrollar capacidades de observación, escucha y trabajo colaborativo.
- Diseñar propuestas que puedan ser posteriormente transferidas al ámbito de la Educación Física.

Contenidos

Cuerpo individual y colectivo

- Estructuras coreográficas.
- Disponibilidad para el movimiento.
- Segmentación y globalidad.
- Acciones básicas: desplazarse, girar, saltar, caer, detenerse, cambiar de dirección, expandirse y contraerse.
- Espacio personal y grupal.
- Niveles: bajo, medio y alto.

Espacio

- Direcciones y trayectorias.
- Simetrías y asimetrías.
- Formaciones grupales.
- Ocupación y transformación del espacio.

Tiempo

- Pulso y ritmo.
- Velocidad y duración.
- Repetición.
- Alternancia movimiento/pausa.
- Canon y simultaneidad.

Energía y dinámica

- Movimiento fuerte/suave.
- Rápido/lento.
- Continuo/cortado.
- Fluido/entrecortado.
- Contrastes dinámicos.

Relaciones

- Contacto y distancia.
- Espejo.
- Oposición y complementariedad.
- Liderazgo y seguimiento.
- Acción/reacción.

Composición

- Motivo o célula de movimiento.
- Repetición y variación.
- Contraste.
- Transición.

- Frase de movimiento.
- Improvisación y composición.

Encuentro 1

¿Qué decisiones tomamos para transformar un movimiento? ¿Qué diferencia existe entre ejecutar un movimiento o componerlo?

Actividades:

- Desplazamientos utilizando diferentes trayectorias.
- Exploración de niveles alto, medio y bajo.
- Realizar una misma secuencia a distintas velocidades.
- Incorporar pausas y cambios de ritmo.
- Experimentar contrastes: fuerte/suave, rápido/lento, continuo/cortado.
- Caminatas libres por el espacio, modificando progresivamente velocidad, dirección, nivel y calidad de movimiento en relación a un dibujo espacial.
- De la acción cotidiana al movimiento. Improvisación individual a partir de tres acciones cotidianas transformadas en coreografía con impronta propia.
- Exploración de calidades de movimientos. Consigna de transformación: realizar un mismo movimiento pequeño, mediano y grande sobre la secuencia propia.

Encuentro 2

¿Qué variables espaciales, temporales y dinámicas modifican una misma frase de movimiento? ¿Cómo crear y modificar frases y estructuras colectivas?

Actividades:

- Juego de espejo en parejas.
- Ejercicio de líder y seguidores, alternando roles.
- Construir una pequeña secuencia grupal.
- En grupos pequeños, crear una secuencia utilizando obligatoriamente: un inicio y final claramente reconocible; una frase o motivo de movimiento; una repetición con variación; cambios espaciales; y luego tres niveles; dos direcciones; una pausa; un cambio de velocidad o contrastes.

Encuentro 3

Estrategias de creación colectiva. ¿Cómo se toman decisiones en una composición colectiva? ¿Cómo se distribuyen los roles y responsabilidades?

Actividades:

- Construcción de una secuencia mediante acumulación: cada integrante agrega un movimiento.
- Experimentación con canon y simultaneidad.
- Creación de diferentes formaciones grupales.
 - Cambiar el diseño espacial, el tiempo y la calidad de movimiento alternativamente.
 - Secuencia grupal final:
 1. Selección del tema o idea central.
 2. Exploración y generación de materiales.
 3. Selección de secuencias.
 4. Definición de formaciones y desplazamientos.
 5. Incorporación de repeticiones, contrastes y transiciones.
 6. Ensayo.
 7. Presentación ante el grupo.
 8. Devolución de los compañeros.
 9. Revisión de estrategias y recursos de las producciones.

Evaluación General del ciclo de Talleres

Al finalizar cada taller se entregará un breve formulario de evaluación del taller en vistas de registrar aprendizajes e intereses para generar un taller de mayor tiempo profundidad en algunas las técnicas abordadas.

Docente a cargo: Carolina Balduzzi

 CV. Carolina Balduzzi