

Mi danza



Buscaremos nuestra propia manera de expresarnos a través de la danza, trabajando la observación y la escucha, hacia nosotrxs y lxs demás compañerxs.

Objetivos

- Aproximarnos a la obra de Inés Aubert.
- Explorar diferentes emociones, conectar con ellas y expresarlas a través de la danza.
- Indagar sobre la sutileza de la expresión, el gesto, la mirada y la escucha hacia nosotrxs mismxs y lxs que nos rodean.
- Disfrutar del placer de la danza.

Referencias

Entrevista a Inés Aubert y su obra "Esferas" <https://www.youtube.com/watch?v=5p8ioJa5Gsk>

Análisis de las 7 emociones básicas en la comunicación no verbal <https://www.analisisnoverbal.com/las-7-emociones-basicas-en-la-comunicacion-no-verbal/>

Danza Contact Improvisación <https://www.desertsummerfest.com/que-es-la-danza-contact-improvisacion/>

Danza Contact con niños <https://www.youtube.com/watch?v=25q7dxEDBRQ>

Obra "Lic. Alvarado y su escribiente" <http://www.rescoldos.net/sub-paginas/producciones/videos/licenciado/licenciado.html>

Proyecto Segni mossi (dibujar en movimiento) <https://www.segnimossi.net/>

Desarrollo de la propuesta

Presentación

1. Vemos la obra "Esferas" de Inés Aubert. <https://www.youtube.com/watch?v=5p8ioJa5Gsk>
2. Definimos las emociones que nos transmiten las diferentes personas que aparecen en la obra. ¿Qué emoción, palabra, imagen o idea nos sugiere cada bailarín (o pareja de bailarines)? ¿Qué nos transmiten?

Experimentación / Creación / Investigación

1. Hacemos una lista de 4-5 emociones básicas (p. ej. alegría, tristeza, rabia, sorpresa, miedo). Creamos 4-5 grupos y cada uno escoge una emoción para trabajar sobre ella.
2. Primero, cada grupo elige una canción que transmita o sugiera dicha emoción. Es importante que el o la docente haga hincapié en que el objetivo de esta actividad es experimentar con la expresividad de nuestro cuerpo a través del juego. El respeto mutuo debe ser básico. No se trata de demostrar nada, se trata de probar, jugar, soltar y experimentar para poder expresarnos sin juicios internos ni externos. La quietud también es danza, así como el silencio también es música.
3. Una vez hecho esto, realizamos la siguiente actividad por grupos: puestos en círculo, mientras suena la canción que hemos elegido, uno a uno, cada participante realiza un gesto o movimiento amplio que transmita la emoción elegida. Los demás lo copian, para fomentar así la capacidad de observación, de escucha, y así integrar los movimientos de las demás personas en nuestro repertorio.

4. Realizamos el mismo ejercicio, pero con movimientos muy sutiles, pequeños y utilizando sobre todo la expresividad de la cara (la boca, la mirada...).

Una vez realizados estos ejercicios, improvisamos en cada grupo una danza en la cual tenemos en cuenta los movimientos y gestos ya trabajados en los ejercicios anteriores (los nuestros y los de los demás).

5. Luego mostramos al resto de grupos el resultado. Mientras cada grupo realiza la danza, los participantes de los demás grupos graban en vídeo y realizan fotos de la pieza improvisada para que cada grupo pueda ver su danza desde otra perspectiva.

Conclusiones y líneas abiertas

1. Reflexionamos sobre qué emociones nos ha costado más expresar, cuáles menos, en cuales nos hemos sentido más cómodxs o incómodxs. Nos cuestionamos si una vez visto el resultado de nuestra danza en vídeo y foto, genera la misma emoción que el cuerpo en directo.
2. Seguimos con el trabajo explorando otras emociones.
3. Realizamos este trabajo de investigación en un espacio definido, reducido. Para ello, dibujamos un círculo de 1,5 m. de diámetro en el suelo y proponemos a lxs participantes bailar tratando de no salir de ese espacio.