

LA INVISIBLE

CUERPO EXPANDIDO II - GUÍA DOCENTE

Equipo docente

Profesor responsable: Neilor Moreno

Una reflexión sobre el cuerpo y la presencia

Resumen

Este proyecto pedagógico reflexiona sobre el cuerpo como herramienta de conocimiento y comunicación. A través de una investigación física profunda, se propone un encuentro entre arte y educación, donde el gesto se convierte en lenguaje y la presencia en aprendizaje.

Contextualización

La asignatura Cuerpo constituye el itinerario formativo en entrenamiento físico para consciencia y expresión corporal. Actuar requiere presencia: estar aquí y ahora. La presencia se construye a partir de la intuitividad y la apertura: es necesario abandonar prejuicios y juicios, disponiendo el cuerpo para percibir y sentir lo nuevo.

Este entrenamiento físico tiene como objetivo ofrecer herramientas para multiplicar las posibilidades expresivas del cuerpo, investigando diferentes caminos de movimiento, acción y gesto mediante la imaginación y el juego. De esta manera, se agudiza la percepción intuitiva y se amplía la expresión imaginativa a partir del cuerpo, conectando la técnica con la creatividad y la presencia escénica.

También se busca formar un grupo abierto a la investigación, la curiosidad y la cooperación, libre de comparación y competencia, donde se cree un espacio seguro para experimentar y explorar el riesgo físico y creativo.

Objetivos generales

- Crear un grupo basado en la confianza y la cooperación.
- Desarrollar la consciencia corporal como base para la acción escénica.
- Fomentar la conexión entre cuerpo, imaginación y presencia.
- Entrenar fuerza, flexibilidad y agilidad desde la escucha y la creatividad.
- Potenciar la expresión corporal como forma de comunicación auténtica.
- Introducir fundamentos de acrobacia de suelo y preparación física integral, con conciencia poética.

Competencias

- Colaborar en grupo, sosteniendo confianza, escucha y respeto.
- Reconocer el cuerpo como herramienta principal de la creación escénica.
- Acceder a un estado de presencia física y atención plena durante la práctica.
- Desarrollar fuerza, tonicidad y flexibilidad de manera equilibrada.
- Explorar el movimiento desde la imaginación, la intuición y el juego.
- Actuar y reaccionar físicamente ante estímulos sin depender del pensamiento racional.

Resultados de aprendizaje

- Activar la presencia corporal y emocional en el entrenamiento.
- Diferenciar entre el movimiento mecánico y el movimiento vivo.
- Integrar el esfuerzo necesario para ejecutar acciones físicas con precisión.
- Explorar equilibrio, desequilibrio e improvisación en el espacio.
- Aplicar técnicas básicas de acrobacia de suelo con seguridad y consciencia.
- Reconocer la evolución del propio cuerpo a lo largo del proceso.

LA INVISIBLE

Metodología docente

- Basada en la práctica vivencial y el aprendizaje experiencial.
- Estructura flexible de tres módulos de 18 sesiones, adaptándose a las necesidades del grupo y al ritmo individual.
- Retroalimentación continua entre docentes y alumnado.
- Espacio seguro, inclusivo y abierto a la experimentación.
- Dinámicas de teatro, danza y acrobacia para entrelazar tres grandes bloques: consciencia corporal, consciencia emocional y cohesión grupal.
- Aplicación de los principios del Diseño Universal para el Aprendizaje (DUA), asegurando la participación de todo el alumnado.

Evaluación

Evaluación continua y formativa, basada en la implicación, evolución y disponibilidad corporal:

- Participación y compromiso: 50%
- Evolución técnica y expresiva: 30%
- Proyecto o muestra final: 20 %

Criterios:

- Participación activa y compromiso grupal.
- Actitud abierta al juego, investigación y riesgo físico.
- Progreso en fuerza, flexibilidad, agilidad y consciencia corporal.
- Capacidad de integrar lo aprendido en ejercicios prácticos.
- Escucha, cooperación y respeto en el trabajo colectivo.

PLAN PEDAGÓGICO INTEGRADO

Duración total: 3 módulos (Introducción, Intermedio, Avanzado)

Cada módulo: 18 clases de 1h30

Estructura: 6 bloques de 3 clases cada uno

LA INVISIBLE

MÓDULO II – INTERMEDIO: EL CUERPO COMO LENGUAJE

Objetivo general

Explorar la expresividad y la comunicación corporal; comprender el gesto como lenguaje poético y emocional, sobre la base física consolidada en el Módulo I.

Al finalizar este módulo, le participante será capaz de:

1. **Transformar movimiento en gesto expresivo**, aplicando precisión, intención y economía del esfuerzo.
2. **Construir gestos coherentes y significativos**, articulando emoción, foco y dirección.
3. **Integrar ritmo, pausa y musicalidad** para generar sentido dramático en el movimiento.
4. **Establecer diálogos corporales con otros**, utilizando espejo, eco, contacto y distancia.
5. **Crear pequeñas escenas físicas**, desarrollando narración e imagen poética sin palabra.
6. **Presentar y analizar un trabajo expresivo**, reconociendo su evolución técnica y comunicativa.

Contenido

◆ Bloque 1 – Del movimiento al gesto (Clases 1-3)

- Ejes: precisión, intención, economía del esfuerzo.
- Contenidos: control muscular, punto fijo.
- Actividades: observación de movimiento cotidiano, ejercicios de mímica adaptados.
- Objetivo: transformar movimiento en significado.

◆ Bloque 2 – El gesto significativo (Clases 4-6)

- Ejes: foco, mirada, dirección, intención.
- Contenidos: impulso interno → forma externa.
- Actividades: trabajo con gestos emocionales y abstractos, improvisación guiada.
- Objetivo: dotar al gesto de coherencia expresiva.

LA INVISIBLE

◆ **Bloque 3 – Tiempo y musicalidad (Clases 7-9)**

- Ejes: ritmo, pausa, duración, acento
- Contenidos: relación entre movimiento y silencio, cadencia respiratoria
- Actividades: improvisaciones con y sin música, análisis del ritmo corporal
- Objetivo: integrar el tiempo como elemento dramático

◆ **Bloque 4 – Relación con el otro y el espacio (Clases 10-12)**

- Ejes: espejo, eco, contacto, distancia
- Contenidos: diálogo corporal, empatía escénica, escucha grupal
- Actividades: improvisaciones en dúo
- Objetivo: descubrir diferentes formas de comunicar con el cuerpo

◆ **Bloque 5 – Improvisación expresiva (Clases 13-15)**

- Ejes: emoción, narración sin palabra, imagen poética
- Contenidos: pequeñas escenas físicas, uso simbólico del gesto
- Actividades: improvisaciones temáticas
- Objetivo: encontrar el propio lenguaje expresivo

◆ **Bloque 6 – Presentación y reflexión (Clases 16-18)**

- Ejes: síntesis, presencia escénica, autocrítica
- Contenidos: preparación de muestra breve, retroalimentación colectiva
- Actividades: presentación grupal, registro y conversación sobre el proceso
- Objetivo: reconocer evolución técnica y expresiva

LA INVISIBLE