

Explorando el Movimiento Orgánico: Presencia y Convivencia en las Artes Escénicas

Bellas artes | Artes escénicas | Aprendizaje Colaborativo

Descripción

Este plan de clase está diseñado para introducir a los estudiantes universitarios en la asignatura de Artes Escénicas mediante una experiencia integral que abarca desde la presentación del curso y la construcción de acuerdos de convivencia, hasta un diagnóstico activo sobre el movimiento orgánico. Los estudiantes aprenderán a reconocer y explorar el centro corporal, la fluidez, la respiración, el peso, la gravedad y la relación con el espacio, elementos fundamentales para el desarrollo de la expresión corporal y la presencia escénica.

Además, se incorpora el ejercicio “Watching”, una práctica en movimiento orgánico que promueve la concentración, la escucha activa, la empatía y la coordinación grupal, competencias esenciales para el trabajo colaborativo en artes escénicas. Esta sesión permite a los estudiantes conectar su corporalidad con la percepción del entorno y de sus compañeros, fortaleciendo la capacidad de trabajo en equipo y la responsabilidad compartida.

El aprendizaje activo y colaborativo en este plan fomenta la reflexión metacognitiva y la transferencia práctica, conectando los contenidos con la vida cotidiana y el desarrollo profesional en artes escénicas. Así, los estudiantes no solo adquieren conocimientos técnicos sino también habilidades socioemocionales y grupales que serán la base para su crecimiento artístico y académico.

Objetivos de Aprendizaje

- Analizar y practicar el movimiento orgánico enfocado en el centro corporal, respiración, peso y relación con el espacio.
- Crear acuerdos de convivencia que fomenten un ambiente colaborativo y respetuoso en el aula de artes escénicas.
- Demostrar habilidades de percepción y expresión a través del ejercicio “Watching”, fortaleciendo la concentración, escucha y empatía grupal.
- Evaluar de forma reflexiva la propia presencia escénica y la coordinación grupal durante las actividades prácticas.

Recursos Necesarios

- Salón amplio o espacio abierto para movimiento corporal (mínimo 20 m²).
- Colchonetas o alfombrillas para ejercicios en el suelo (cantidad suficiente para grupos pequeños).
- Reloj o cronómetro para controlar tiempos.
- Equipo de audio para música suave o sonidos ambientales (opcional).
- Cuadernos o hojas para anotaciones individuales.

- Marcadores y hojas grandes para registrar acuerdos de convivencia.
- Pizarra y plumones para exposición y registro grupal.

Requisitos Previos

- Conocimiento básico de anatomía corporal y terminología artística escénica.
- Experiencia previa mínima en actividades de expresión corporal o danza (no obligatoria, pero recomendable).
- Habilidades básicas de comunicación y trabajo en equipo.
- Disposición para la exploración corporal y apertura a la retroalimentación grupal.

Actividades

Fase de Inicio

Tiempo estimado:

30 minutos

Propósito de la sesión:

Docente: Explica que el propósito es conocer el curso, establecer un ambiente de respeto y confianza, y explorar el movimiento orgánico como base para la expresión escénica.

Estudiantes: Se preparan para participar activamente y compartir expectativas.

Activación de conocimientos previos:

Docente: Plantea la pregunta inicial: “¿Qué entienden por movimiento orgánico y cómo creen que se relaciona con la expresión en las artes escénicas?”

Estudiantes: Forman grupos pequeños de 3-4 personas para discutir la pregunta durante 5 minutos y luego comparten brevemente sus ideas con el grupo completo.

Motivación y enganche:

Docente: Muestra un breve video o realiza una demostración rápida de un movimiento orgánico fluido que integre respiración y espacio, destacando la conexión cuerpo-mente y la importancia para la presencia escénica.

Comenta un dato curioso real: “Investigaciones han demostrado que la conciencia del centro corporal y la respiración mejora la concentración y reduce el estrés en actores profesionales”.

Contextualización:

Docente: Relaciona la temática con la vida diaria y futura profesional: “El movimiento orgánico no solo es clave para la actuación, sino también para la comunicación efectiva y el bienestar personal.”

Estudiantes: Reflexionan sobre cómo estos aspectos pueden influir en su desempeño académico y artístico.

Fase de Desarrollo

Tiempo estimado:

110 minutos

Presentación del contenido:

Docente: Introduce conceptos clave mediante una dinámica colaborativa: divide a los estudiantes en grupos de 4. Cada grupo recibe tarjetas con términos (centro corporal, fluidez, respiración, peso, gravedad, espacio) y debe discutir y crear una breve presentación explicando cada término y su importancia en artes escénicas.

Estudiantes: Investigan, discuten y preparan presentaciones rápidas (3 minutos por grupo) para exponer al resto.

Actividades de aprendizaje activo:

Actividad 1: Diagnóstico Integral del Movimiento Orgánico

- **Objetivo:** Analizar y practicar el movimiento orgánico enfocado en el centro corporal, respiración, peso y espacio.
- **Instrucciones:**
 - **Docente:** Guía una serie de ejercicios breves donde los estudiantes exploran el centro corporal, la respiración y la fluidez en movimiento individual y en parejas.
 - Ejemplo: Ejercicio de respiración profunda acompañado de movimientos lentos que resalten la transferencia de peso y la relación con la gravedad.
 - Observa y corrige posturas enfatizando la conexión mente-cuerpo.
- **Organización:** Grupos de 2-3 personas.
- **Producto:** Autoevaluación escrita breve sobre sensaciones corporales y percepción del movimiento.
- **Tiempo:** 40 minutos.
- **Rol docente:** Facilita la exploración, hace preguntas guía como “¿Cómo sientes el cambio de peso en tu cuerpo?” o “¿Qué importancia tiene la respiración en estos movimientos?”.

Actividad 2: Ejercicio “Watching” de movimiento orgánico y percepción

- **Objetivo:** Demostrar habilidades de percepción, concentración, escucha y empatía a través del movimiento grupal.
- **Instrucciones:**
 - **Docente:** Explica las reglas: un estudiante inicia un movimiento orgánico lento y los demás observan con atención para luego imitarlo con la mayor precisión posible, fomentando la empatía y la escucha corporal.
 - Rotar el rol del iniciador para que todos participen.
- **Organización:** Grupos de 4-5 personas.
- **Producto:** Registro grupal de observaciones sobre la experiencia y dificultades encontradas.
- **Tiempo:** 50 minutos.

- **Rol docente:** Modera, motiva la concentración y plantea preguntas reflexivas: “¿Cómo cambió tu percepción al observar y luego moverte?” “¿Qué emociones surgieron al conectar con los movimientos de tus compañeros?”.

Diferenciación:

- Estudiantes que terminan antes: Invitar a crear una breve secuencia de movimiento orgánico grupal que integre los elementos explorados, para compartir con el grupo.
- Estudiantes que requieren apoyo adicional: Proveer guía personalizada en los ejercicios, simplificando movimientos y reforzando la conexión respiración-movimiento.

Transiciones:

Docente: Después de cada actividad, realiza una breve puesta en común para consolidar aprendizajes y preparar al grupo para la siguiente tarea, por ejemplo: “Ahora que exploramos individualmente, vamos a trabajar en la percepción grupal con el ejercicio Watching.”

Fase de Cierre

Tiempo estimado:

40 minutos

Síntesis:

Docente: Facilita una actividad de “Ticket de salida” donde cada estudiante escribe tres ideas clave aprendidas, una dificultad que enfrentó y una pregunta para profundizar.

Estudiantes: Escriben y comparten en plenaria voluntariamente, permitiendo recoger percepciones colectivas.

Reflexión metacognitiva:

- ¿Cómo influye el conocimiento del centro corporal y la respiración en tu presencia escénica?
- ¿Qué aprendiste sobre la importancia de la empatía y la escucha en el trabajo grupal?
- ¿De qué manera los acuerdos de convivencia pueden potenciar el aprendizaje en artes escénicas?

Retroalimentación:

Docente: Proporciona retroalimentación inmediata, destacando fortalezas observadas en la coordinación grupal y proponiendo áreas de mejora para próximas sesiones.

Transferencia:

Docente: Conecta los aprendizajes con futuras prácticas escénicas y la importancia de mantener hábitos corporales conscientes en la vida diaria y profesional.

Tarea o reto:

Docente: Propone que los estudiantes realicen una breve práctica diaria de respiración consciente y observación de su centro corporal durante la semana, registrando sensaciones para compartir en la siguiente sesión.

Evaluación

Tipo de evaluación: Diagnóstica en la fase de inicio (activación de conocimientos y acuerdos), formativa durante el desarrollo (observación y autoevaluación en actividades prácticas) y sumativa en el cierre (reflexión y síntesis).

Criterios de evaluación:

- Capacidad para identificar y aplicar conceptos de movimiento orgánico (Relacionado con objetivo 1).
- Participación activa y compromiso en la construcción de acuerdos de convivencia (Relacionado con objetivo 2).
- Demostración de habilidades perceptivas y expresivas en el ejercicio Watching (Relacionado con objetivo 3).
- Reflexión crítica sobre la propia presencia escénica y trabajo en equipo (Relacionado con objetivo 4).

Instrumentos sugeridos:

- Lista de cotejo para observación directa durante ejercicios prácticos.
- Rúbrica para evaluar presentaciones grupales y participación colaborativa.
- Autoevaluación escrita y coevaluación grupal.
- Registro de reflexiones y “ticket de salida”.

Evidencias de aprendizaje: Presentaciones grupales, autoevaluaciones, registros escritos de sensaciones, participación en dinámicas grupales y respuestas en la reflexión metacognitiva.

Enriquecimientos

Inicio - Contextualizar

Contextualización para la Fase de Inicio

En el ámbito universitario, donde la autonomía y la responsabilidad personal se consolidan, el movimiento orgánico se presenta no solo como una herramienta artística, sino también como una vía para mejorar la conexión con uno mismo y con el entorno. En nuestra vida cotidiana, desde las interacciones sociales hasta la gestión del estrés, el cuerpo habla y revela estados internos que a menudo ignoramos. Por ejemplo, la manera en que caminamos por el campus, nos sentamos en clase o respondemos ante situaciones de presión refleja una comunicación no verbal constante que influye en nuestras relaciones y bienestar.

Además, en un contexto actual marcado por la aceleración tecnológica y el distanciamiento social, el desarrollo de habilidades como la presencia escénica, la empatía y la escucha activa se vuelve fundamental para fortalecer el vínculo humano y la colaboración efectiva. Estudios recientes en neurociencia demuestran que la consciencia corporal y la respiración consciente pueden mejorar la concentración y reducir la ansiedad, aspectos esenciales para el rendimiento académico y la vida personal.

En esta sesión, exploraremos cómo el movimiento orgánico —centrado en el reconocimiento del centro corporal, la fluidez de movimientos, la respiración, y la relación con el espacio y la gravedad— puede potenciar no solo nuestras capacidades artísticas, sino también nuestra presencia y convivencia diaria. Esta experiencia compartida nos invita a abrirnos emocionalmente, a confiar en el grupo y a descubrir, a través del ejercicio práctico de Watching, cómo la

expresión corporal y la percepción empática pueden transformarnos, promoviendo un ambiente de respeto, escucha y coordinación colaborativa.

Prepárense para un aprendizaje que va más allá del cuerpo y la técnica, para conectar con la esencia de estar presentes y conectados, tanto en el escenario como en la vida universitaria y personal.

Desarrollo - Ejemplos

Ejemplos Prácticos y Casos de Estudio para el Plan de Clase

Para facilitar el aprendizaje colaborativo y cumplir con los objetivos del plan de clase en Artes Escénicas sobre Movimiento Orgánico y Presencia Escénica, se proponen los siguientes ejemplos prácticos y casos de estudio. Estos están diseñados para que los estudiantes universitarios trabajen en equipos, fomentando la interacción, la reflexión conjunta y la aplicación práctica de los conceptos.

Ejemplos Prácticos

- **Ejercicio de Centro Corporal en Parejas:**

En parejas, un estudiante guía movimientos lentos desde el centro corporal mientras el otro sigue y responde con movimientos orgánicos. Luego, cambian roles. La actividad termina con una breve reflexión grupal sobre cómo la conciencia del centro influye en la fluidez y el equilibrio.

- **Dinámica de Respiración y Peso en Grupo:**

Formar grupos de 4-5 estudiantes que exploren movimientos sincronizados enfatizando la respiración y cómo el peso se transfiere hacia el suelo, resaltando la gravedad. Cada grupo crea una pequeña secuencia que será presentada y discutida con el resto para analizar la conexión con el espacio y la coordinación grupal.

- **Ejercicio de Watching (Observación Activa):**

Los estudiantes forman un círculo. Uno realiza movimientos orgánicos mientras los demás observan atentamente, enfocándose en la expresión corporal, la concentración y la empatía. Después, el grupo comparte percepciones sobre la presencia escénica y las emociones transmitidas, promoviendo la escucha activa y el feedback constructivo.

Casos de Estudio

- **Análisis de una Escena de Teatro Contemporáneo:**

Se asigna a grupos pequeños el análisis de una escena de una obra reconocida que utilice movimientos orgánicos y presencia escénica (por ejemplo, fragmentos de trabajos de Pina Bausch o Anne Teresa De Keersmaeker). Los estudiantes deben identificar elementos clave relacionados con el centro corporal, la fluidez, la respiración y la relación con el espacio, y luego compartir sus conclusiones en una puesta en común.

- **Estudio de Caso: Coordinación Grupal en Coreografías Colectivas:**

Presentar videos de performances grupales donde la coordinación y la escucha entre miembros son esenciales para la fluidez del movimiento (por ejemplo, coreografías de grupo en danza contemporánea o teatro físico). Los estudiantes discuten en equipo cómo la empatía y la presencia escénica facilitan la armonía del conjunto y proponen estrategias para mejorar estas habilidades en su práctica.

- **Proyecto Colaborativo de Creación Escénica:**

En equipos, los estudiantes diseñan una breve pieza de movimiento orgánico que integre los conceptos vistos (centro corporal, fluidez, respiración, peso, espacio y watching). Durante la creación, aplican acuerdos de convivencia y técnicas de escucha activa. Al final, presentan su pieza al grupo, seguido de una sesión de retroalimentación colaborativa.

Conexión con los Objetivos de Aprendizaje

Estos ejemplos y casos permiten que los estudiantes:

- Desarrollen conciencia corporal y presencia escénica a través de la práctica directa.
- Fortalezcan habilidades de concentración, escucha y empatía en contextos colaborativos.
- Explore la relación dinámica entre el cuerpo y el espacio escénico.
- Fomenten la reflexión crítica y el análisis desde experiencias reales y artísticas.
- Practiquen la coordinación grupal para mejorar la convivencia y el trabajo en equipo.