

Taller de Extensión

“Consciencia corporal para el intérprete”

UNIDAD EJECUTORA: Secretaria de Extensión UPC / FAD

Directora académica: Cecilia Ruiz Posse

Coordinadora: Lic. Andrea Eva Luna Navarre

ÍNDICE

<u>DOCENTES</u>	3
<u>DESTINATARIOS/POBLACIÓN</u>	3
<u>FUNDAMENTACIÓN</u>	3
<u>OBJETIVOS</u>	4
<u>CONTENIDOS</u>	5
<u>Programación específica:</u>	5
<u>CARGA HORARIA</u>	¡Error! Marcador no definido.
<u>METODOLOGIA</u>	6
<u>REQUISITOS DE APROBACION</u>	6
<u>Criterios de certificación</u>	6
<u>Criterios de evaluación</u>	6
<u>NECESIDADES PARA EJECUCIÓN</u>	6
<u>Material Didáctico</u>	7
<u>ARANCELES</u>	¡Error! Marcador no definido.
<u>FINANCIAMIENTO</u>	7
<u>BIBLIOGRAFIA</u>	7

DOCENTES

Apellido y Nombre	DNI	CARGO	FUNCION	CARGA HORARIA
Eva Luna Navarre	17.456.957		Coordinadora	Módulo 1, 3, 5, 6, 7 y 8. (2 h cada uno) coordinación permanente
Cecilia Ruiz Posse	12.745.897	Situación de revista: dedicación simple	Docente Superior y Universitario	Módulo 3 (2 h)
Eduardo Allende	16.291.880		Director interino del Conservatorio, docente Superior	Módulo 4 (2 h)
*				
Mauricio Tenutta	32.157.494	Ayudante	Asistencia multimedia	Asistencia permanente

*Se reserva espacios para docentes invitados.

DESTINATARIOS/POBLACIÓN

Conservatorio: 2do ciclo del Tap, Tecnicatura, Profesorado, Licenciatura en interpretación musical. Escuela de Danzas y Escuela de Teatro.

Dirigido a docentes, estudiantes, egresados (carreras de música, danza y teatro).

FUNDAMENTACIÓN

La finalidad y el sentido del taller es la mejora en interpretación musical y en otras artes, en el bienestar psicofísico considerado como un todo.

El curso no solo ofrece información sino que se basa en el disfrute y la creatividad para el conocimiento biomecánico y la optimización de la interpretación.

Es la atención de la necesidad del cuerpo y mente que atiende la sintomatología del intérprete: músico, artista, bailarín u otros. Es utilizar una herramienta que le ofrece la posibilidad de abordar el cuerpo liberado de tensiones y preparado para la expresión artística.

Una disciplina olvidada en la educación del intérprete profesional que invita a la atención y al cuidado del cuerpo, “el instrumento que permite ejecutar nuestro instrumento”.

Está diseñada para que el estudiante adquiera un conocimiento de sí mismo y del entorno “diferente” al que le aportan las materias del currículum académico y por tanto acrecentando sus capacidades y su desarrollo como intérprete.

Se trata, además, de una asignatura que aglutina a una pluralidad de intérpretes cuya interacción es enriquecedora y facilitadora para el grupo.

Serán tratados factores que pueden distorsionar la ejecución, tales como niveles altos de ansiedad o de angustia, inhibiciones etc. Esta dinámica corporal está diseñada desde una óptica integrativa. Una visión multidimensional orientada a una mejor percepción de uno mismo, un enfoque que trata de equilibrar los niveles físico, emocional y mental, desde su conocimiento y concientización.

El hecho de que el trabajo aparezca pautado no implica rigidez en su aplicación. Ha sido diseñado para crear un clima de respeto y confianza suficiente para que se puedan abordar problemas o dificultades que tengan que ver directamente con los estudiantes y con la dinámica de la clase y, por tanto haya así cabida para lo espontáneo.

OBJETIVOS

- Concientizar la propia postura corporal y su implicación en el estudio práctico del instrumento.
- Utilizar el proceso respiratorio como vehículo de un trabajo corporal consciente.
- Aprender técnicas de elongación, movilidad articular y ejercicios básicos de relajación, adaptados al intérprete.
- Añadir al conocimiento del cuerpo la posibilidad de permanecer sensible y abierto al contenido emocional propio.
- Desarrollar habilidades para el sostén de la concentración, focalizar la atención y agudizar la escucha interna y externa.
- Encontrar un espacio saludable dentro de uno mismo que facilite el contacto con lo esencial.
- Desarrollar hábitos saludables (respiración, alimentación, descanso) para el intérprete.

EL ALCANCE

Lo propuesto para el aspirante en esta formación, consiste en el conocimiento de la fisioanatomía y biomecánica humana, el movimiento consciente y la psicoemocionalidad en integración, dispuestos a la hora de la interpretación; herramientas que le posibilitarán la optimización del desarrollo en su disciplina.

El alcance de esta formación para el estudiante es complementario y no compete con la oferta académica que se le brinda en los establecimientos.

CONTENIDOS

- Corrección postural:
 - hábitos corporales armónicos
 - elongación
 - técnicas de respiración consciente
 - ejercicios con patrones específicos
- Movimiento expresivo:
 - ejercicios prácticos
 - conocimientos teóricos
- Conocimientos anatomofisiológicos de los diferentes sistemas:
 - osteomioarticular
 - respiratorio
 - neurológico
- La función de la emoción:
 - movimientos expresivos y expresión emocional
 - aprendizaje de despliegue de roles
 - ejercicios para trabajar cuerpo y emociones a conciencia
 - escena y esquema corporal
- Improvisaciones sobre escenas que puedan recrear la situación de un concierto, performance, evaluación o audición
 - cómo desenvolverse en estado de nerviosismo y miedo
 - desarrollo de la “cuarta pared”
 - festejando el error, soltar emociones negativas
- El poder de aquí y ahora: desarrollo de la capacidad de concentración
- Música/silencio:
 - la mente contemplativa: el arte de no hacer
 - meditación: técnicas de introspección
- Trabajo individual con el instrumento musical. Entusiasmo

Programación específica:

- Unidad didáctica I: lenguaje y conciencia corporal.
- Unidad didáctica II: técnicas corporales aplicadas a instrumentistas.
- Unidad didáctica III: tensión y relajación, técnicas de introspección.
- Unidad didáctica IV: la función de la emoción, aprendizaje de roles.
- Unidad didáctica V: el intérprete y su auditorio.
- Unidad didáctica VI: el poder del aquí y ahora, desarrollo de la escucha interna y externa.
- Unidad didáctica VII: meditación, respiración consiente.
- Unidad didáctica VIII: anatomía y fisiología humana (biomecánica).
- Trabajos prácticos
- Actividades vivenciales específicas.

CARGA HORARIA

Por unidad: 2 horas
Trabajos prácticos: 4 horas
Actividades vivenciales: 4 horas
Carga horaria total: proyecto trimestral de 24 horas.

METODOLOGIA

Se plantea una modalidad de clases teóricas y prácticas. Los grupos estarán integrados por no menos de 4 estudiantes y máximo de acuerdo a la capacidad del espacio físico a destinar.

REQUISITOS DE APROBACION

Criterios de certificación

El estudiante podrá optar por realizar el taller:

- a) **Con evaluación:** la asistencia es obligatoria en un 80 %, aprobación de TP y examen final y certificación.
- b) **Sin evaluación:** solo con el 80 % de asistencia.

Se observara en el alumno la incorporación de los conocimientos teóricos y de las experiencias vivenciales.

Criterios de evaluación

- Demostrar implicación y sensibilidad en las tareas requeridas con atención fina y responsable.
- Valoración de la relación grupal. Actitud adoptada frente a los demás, así como de la influencia reciproca resultante.
- Conocimiento de material teórico aplicado (biomecánica).
- Autoevaluación y evaluación grupal (devolución).
- Proyecto/propuesta de servicio comunitario: artístico o social.

NECESIDADES PARA EJECUCIÓN

Los estudiantes vestirán ropa y calzado cómodo, adecuado a los ejercicios que se desarrollen.

Material Didáctico

- Bibliografía aportada por la Sec. De Extensión (acordado por docente dictante)

ARANCELES

El taller goza de GRATUIDAD para el alumno, graduado y docente de la UPC.

FINANCIAMIENTO

Este Taller goza de Gratuidad para su dictado, razón por el cual todos los gastos de ejecución serán financiados por la Universidad.

BIBLIOGRAFIA

- ABREU, José Antonio. *"La música es un camino de rescate para la integración"*. Revista Cambio16. En: <http://www.cambio16.com/actualidad/jose-antonio-abreu-la-musica-es-un-camino-de-rescate-para-la-integracion/>
- ABREU, José Antonio. *"Música para la inclusión"* (2014). En: https://www.ted.com/talks/jose_abreu_on_kids_transformed_by_music?language=e
- ARÁNGUIZ, R., CHANA-CUEVAS, P., ALBURQUERQUE, D y LEÓN, M. *"Distonía Focal en los Músicos"*. Revista Neurología, 2011-01-01, Volumen 26, Número 1, Páginas 45-52, Copyright © 2010 Sociedad Española de Neurología. En <http://www.clinicalkey.es>
- BETANCOR ALMEIDA, Ismael. *"Hábitos de actividad física en músicos de orquestas sinfónicas profesionales: un análisis empírico de ámbito internacional. Tesis Doctoral"*. Departamento de Educación Física. Universidad de Las Palmas de Gran Canaria. España. Abril de 2011. Pág. 71. En <http://hdl.handle.net/10553/6293>
- CALAIS-GERMAIN, B.; MARÍN, J.L. *"Anatomía para el movimiento: El gesto respiratorio. La respiración"*. (2009)
- MUNIÁIN EZCURRA, José Luis; MUNIÁIN MATOS, Irantzu: *"LAPIERRE, AUCOUTURIER. ¿En qué sentido? Marco nocional"*. Revista iberoamericana de psicomotricidad y técnicas corporales (noviembre 2002).
- PIAGET, Jean. *"La teoría de Piaget"*. 1981. En <http://www.tandfonline.com/doi/abs/10.1080/02103702.1981.10821902?journalCode=riya20>

