

Taller de Extensión

Movimiento Circular | Con Joaquín Toloza

Destinatarixs: Bailarines, estudiantes del movimiento que posean un nivel básico de conocimiento en danza contemporánea y quieran profundizar su estudio para desenvolverse en el ámbito artístico como posibles bailarines-intérpretes.

Carga horaria: 8 h totales

Modalidad: presencial

Aranceles e inscripción: extension.eayp@unsam.edu.ar

1. Fundamentación

En 2019 luego de un viaje realizado por varios países de Europa tomando clases con los Maestros referentes del Movimiento Contemporáneo en la actualidad como Akram Khan, David Zambrano, Lewis Cooke, Toulia Limnaios, entre otros; pude observar sus abordajes artísticos y kinéticos, para dar paso a una pregunta: ¿Cuál es la pulsión que lleva a las personas a generar tales abordajes creativos y el porqué de estas necesidades físicas?

De esta manera comencé a darle forma a una mirada propia del movimiento y de las necesidades kinéticas para el bailarín en la actualidad. Así nace Movimiento Circular. *Movimiento Circular* es un abordaje holístico de entrenamiento para artistas en movimiento.

Su búsqueda principal radica en que quienes bailen pueda encontrar formas de resolver distintas propuestas de movimiento desde el conocimiento de su propio cuerpo y las capacidades que habitan en él. Se propicia potenciar el autoconocimiento, desafiando al cuerpo para borrar los límites conocidos, desde ese lugar de cansancio o incomodidad al que llamamos límite.

Es una investigación del Movimiento que aborda el entrenamiento aeróbico desde la consciencia respiratoria. Implica el estudio minucioso del pasaje de peso, para poder realizar la fuerza, impulso, empuje y descarga necesarios al momento de bailar.



2. Objetivos

Que quienes participan:

- Logren implementar los contenidos brindados en clase para poder abordarlos en su propia danza.
- Articulen la práctica con la reflexión teórica.
- Indaguen en la búsqueda de su propio lenguaje de movimiento.
- Desarrollen la capacidad de regular el tono muscular para la realización de movimientos.
- Reconozcan y utilicen conscientemente el peso corporal y su traslado por el espacio.
- Habiten posibilidades expresivas del movimiento a través de la utilización de distintas dinámicas.
- Superen sus capacidades físicas para poder resolver propuestas más complejas.

3. Modalidad de trabajo y evaluación

La clase ahondará en el autorreconocimiento general del cuerpo y las informaciones que vengan en él, con el objetivo de que puedan aceptar las nuevas propuestas de trabajo, sin renunciar a lo que ya está in situ.

Abordaremos el entrenamiento físico, mental y aeróbico, llegando a límites abstractos preestablecidos para poder borrar esa frontera y así lograr una movilidad mucho más amplia.

Se trabajarán secuencias de movimiento que irán modificándose y aumentando en complejidad según el avance del grupo. Esto implica el traslado de peso, la consciencia del centro, la dimensión espacial, los espirales y la circularidad como leitmotiv de la clase, conviviendo en un lenguaje corporal que lleva a un sin fin de movimiento.

4. Certificación

Quienes aprueben el curso recibirán una certificación de la Escuela de Arte y Patrimonio de la UNSAM.



5. Contenidos

Se dividen en 3 NÚCLEOS: Entrenamiento Físico. Entrenamiento Aeróbico. Pasaje de Peso.

Entrenamiento Físico:

Pasadas de entrenamiento (crecimiento en niveles y dificultad progresiva)

Isométricos / Tenseguridad

Abdominales / Cadenas cruzadas

Inversiones

Entrenamiento Aeróbico:

Sistema de rebotes

Cuadrupedia, bipedia y todas sus variantes en rebotes continuos

Pulsión energética y cíclica

Pasaje de peso:

Circularidad. En relación con lo plano del suelo: ingresar y salir, desde y hacia el suelo en posibilidades circulares.

Espirales. Movimiento infinito desde lo energético.

Caída y recuperación (la caída como inicio de una nueva movilidad).

Dinámicas. Suspensión y aceleración del movimiento. Temporalidades.

Proyecciones y direcciones. Lo cercano y lo lejano. Máximo y mínimo. Centro y periferia.

6. Evaluación y criterios de aprobación

Será una instancia vinculada con la apreciación del compromiso para con la materia y su avance en la misma.

- Aceptación de las propuestas de clase.
- La predisposición hacia el trabajo.
- El nivel de comprensión de las consignas.
- El compromiso y el respeto con el trabajo propio y ajeno.
- La comprensión conceptual de los componentes del lenguaje de movimiento.
- Asistencia al 75% de las clases.
- Resolución y comprensión del material kinético.



- La participación en clase desde la palabra.

7. Bibliografía y/o recursos audiovisuales

-NOVACK, C, J. (1990) Sharing the Dance: Contact Improvisation and American, Culture. University of Wisconsin Press.

-HUMPHREY, D, El arte de crear danzas, Ed. Eudeba, 1965, Buenos Aires.

-SZCHUMACHER, R (2002) Archivo Itelman, Ed. Eudeba, Buenos Aires

-VON LABAN, R. (1991) La danza educativa moderna, Ed. Paidós, México D.F.

-VON LABAN, R (1987) El dominio del movimiento. España: Ed. Fundamentos