

**UNIVERSIDAD NACIONAL AUTÓNOMA DE MÉXICO**  
**FACULTAD DE FILOSOFÍA Y LETRAS**  
**COLEGIO DE LITERATURA DRAMÁTICA Y TEATRO**

MATERIA: ***INTRODUCCIÓN A LA EXPRESIÓN VERBAL Y CORPORAL 2***

IMPARTE: LIC. BRUNO CASTILLO DÍAZ

**Objetivo:**

- Sentar las bases necesarias para el entrenamiento de la voz y el cuerpo de actrices y actores.
- Generar una rutina de preparación vocal y corporal que consolide un calentamiento personal acorde a las necesidades específicas del cuerpo de cada alumno.
- Aplicar los conceptos corporales y vocales para la creación de ejercicios escénicos en donde se pongan en práctica las herramientas obtenidas.

**Contenidos.**

**Unidad 1:** Unificación de conceptos básicos de trabajo.

- 1.1) Conciencia corporal.
- 1.2) Autopercepción.
- 1.3) Nivel energético.
- 1.4) Conexión corporal y colectiva.
- 1.5) Ajuste y apertura.
- 1.6) Calidades de movimiento.
- 1.7) Diferencia entre movimiento y acción.
- 1.8) El cardumen.

## **Unidad 2:** Reconocimiento y corrección de hábitos corporales

- 2.1) La columna vertebral.
- 2.2) La cadera.
- 2.3) Las rodillas.
- 2.4) Las raíces y el cielo del cuerpo, fuerzas en oposición constante.
- 2.5) Atención, concentración y actitud.
- 2.6) Las tensiones innecesarias.
- 2.7) Rango dinámico de visión / rango dinámico de percepción.
- 2.8) La personalidad corporal y el cuerpo neutro.

## **Unidad 3:** Principios básicos para el entrenamiento del cuerpo del actor/ actriz.

- 3.1) El calentamiento y su importancia en la prevención de lesiones.
- 3.2) La energía y el ritmo.
- 3.3) El cuerpo en el espacio. Niveles.
- 3.4) El control y la conciencia corporal.
- 3.5) La disposición y el compromiso.
- 3.6) El cuerpo alerta.
- 3.7) Calidades de movimiento.
- 3.8) La conexión y el ajuste.
- 3.9) La importancia de las dinámicas psicofísicas.
- 3.10) El cuerpo colectivo.

## **Unidad 4:** Principios básicos para la preparación de la voz del actor/ actriz.

- 4.1) La relajación como punto de inicio. Soltar el cuerpo.
- 4.2) La respiración como eje de la emisión de la voz.
- 4.3) La preparación del instrumento vocal.
- 4.4) La gesticulación y la articulación bases de la dicción.
- 4.5) La columna de aire.
- 4.6) La emisión de la voz.
- 4.7) El interlocutor.
- 4.8) La lectura en voz alta.

**Unidad 5:** El entrenamiento y el desarrollo de las cualidades expresivas.

5.1) Ejercicio de máscara negra; el animal.

5.2) La observación del mundo como principio de construcción escénica.

5.3) Construcción de un personaje a partir de una esencia animal

5.4) La observación del mundo como herramienta para construcción de personajes.

5.5) Principios de entrenamiento.

5.6) Una secuencia de entrenamiento personalizada.

**Metodología:**

- La dinámica de la clase fluctúa entre ejercicios individuales, de parejas y colectivos, así como presentaciones por parte de los alumnos; por medio de estas prácticas se reflexiona y se delimitan conceptos del trabajo vocal y corporal de la actriz y el actor.
- Los contenidos del programa se experimentan y se reflexionan por medio de dichos ejercicios y dinámicas grupales.
- La teoría emana de la práctica.
- Se busca que los alumnos desarrollen un alto sentido de auto-percepción para que puedan ser dueños de su propio proceso.

**Evaluación:**

- La evaluación se enfoca, principalmente en la asistencia y puntualidad, es necesario cumplir con el 80%.
- El examen final consiste en una secuencia de entrenamiento personal en donde se aborden todos los temas vistos en el curso.
- El incumplimiento de los puntos anteriores pueden significar pérdida de puntos sobre la calificación final del semestre.

## **Bibliografía:**

ALSCHITZ, Jurij. *Entrenamiento para siempre*. CUT-UNAM. México, 2013.

BOGART, Anne. *Antes de actuar*. ALBA editorial. Barcelona, 2015.

BREWER, John. *Anatomía del cuerpo en movimiento; guía práctica de la ciencia de la locomoción humana*. Editorial Librero. Madrid, 2017.

CAÑAS, José. *Didáctica de la expresión dramática*. Ediciones Octaedro. Barcelona, 2009.

DUBATI, Jorge. *El Actor. Arte e historia*. Libros de Godot. México, 2013.

FELDENKRAIS, Moshe. *La autoconciencia del cuerpo*. Editorial Grijalbo. México, 2005.

MENDOZA, Héctor. *Actuar o no; Creator Principium*. Ediciones El Milagro/CNCA. México, 2004.

MUÑOZ, Ana María. *Bases orgánicas para la educación de la voz*. Col. Escenología. México, 1999.

OCAMPO GUZMAN, Antonio. *La liberación de la voz natural, el método Linklater*. UNAM. México, 2010.

OIDA, Yoshi. *El actor invisible*. Ediciones El Milagro. México, 2005.

OIDA, Yoshi. *Un actor a la deriva*. Ediciones El Milagro. México, 2011.

PASO QUINTANA, Telma de la Cruz. *El arte de educar el habla y la voz*. Paso de Gato, México, 2014.

STANISLAVSKY, Konstantin. *Como se prepara un actor*. Editorial Arte y Literatura. La Habana. 1982.

VON LABAN, Rudolf. *Coreografía. Primer cuaderno*. CONACULTA-INBA, México, 2013.

WESTON, Judith. *Dirigir actores, cómo crear actuaciones memorables para cine y televisión*. Universidad Nacional Autónoma de México. México, 2017.