

PROGRAMA DE TRABAJO

Lic. Margarita González Ortiz.

Introducción a la Expresión Verbal y Corporal 1.

32 sesiones presenciales (de dos horas).

Objetivo

Propiciar el entrenamiento, apropiación y desarrollo de las capacidades psicomotoras del estudiante.¹

Los temas y contenidos del plan de estudio involucran el trabajo físico del estudiante, el descubrimiento del propio cuerpo y la observación de sus malos hábitos. Por lo tanto serán atendidas, con especial cuidado dentro del entrenamiento físico, la alineación de la columna vertebral desde su base en la cadera, la postura y uso de los pies al estar de pie o al caminar. El entrenamiento irá configurándose paso a paso en cada sesión, dependiendo de las necesidades y condiciones particulares del grupo de estudiantes, pues se constituye como un **acondicionamiento físico: respiración, circulación, energía corporal, salud corporal.²** Los ejercicios físicos buscarán un mejoramiento de la postura del cuerpo y un fortalecimiento general **“muscular, óseo, y emotivo”³**, además propiciarán una sensibilización personal con respecto al propio cuerpo, pues estará involucrado conscientemente en el espacio y el tiempo presente. El entrenamiento incluye entre sus prácticas el conocimiento y exploración del aparato fonador a partir de ejercicios que ayudan al descubrimiento de la voz para la escena y que contemplan los siguientes temas: **respiración, circulación, energía corporal, salud corporal.⁴**

De las dos horas que contempla cada sesión, una se destinará para el entrenamiento físico y la otra para plantear y desarrollar los temas que propone el plan de estudio. De manera

¹ Programa de la asignatura Introducción a la Expresión Verbal y Corporal 1, del Plan de estudios 2009 de la Licenciatura en Literatura Dramática y Teatro. www.fios.unam.mx

² En la primera unidad del Temario: EL INSTRUMENTO DE EXPRESIÓN DEL ACTOR; SU PROPIO CUERPO.

1.1 La mente: atención, concentración, memoria, aprendizaje, energía. **1.2** Aparato locomotor: anatomía, movimiento, control, desarrollo, sensación, dominio. **1.3** El aparato fonador. **1.6 Acondicionamiento físico: respiración, circulación, energía corporal, salud corporal.**

³ En la segunda unidad del Temario: HABILIDADES CORPORALES, contempla: **2.1** Calentamiento, concentración, y senso-percepción. **2.2 Fuerza muscular, ósea, y emotiva.**

2.3 Elasticidad: muscular, tendinosa y ósea.

2.4 Desarrollo muscular, habilidades musculares.

⁴ En la primera unidad del Temario: EL INSTRUMENTO DE EXPRESIÓN DEL ACTOR; SU PROPIO CUERPO.

1.2 La mente: atención, concentración, memoria, aprendizaje, energía. **1.2** Aparato locomotor: anatomía, movimiento, control, desarrollo, sensación, dominio. **1.3** El aparato fonador. **1.6 Acondicionamiento físico: respiración, circulación, energía corporal, salud corporal.**

que la parte teórica se confronta con el esfuerzo práctico tomando como referencia el **Panorama histórico del entrenamiento corporal y vocal de los actores.**⁵

Para abordar este contenido se revisará *El training del actor.*⁶ En el curso será una lectura obligatoria, pues considero que es un libro básico para introducir al actor en formación en el estudio de las técnicas de entrenamiento actoral y sus diferentes enfoques. Además revela el verdadero propósito de la preparación del cuerpo y la voz del actor, que consiste en adentrarse en el proceso interminable de la toma de conciencia y libertad que implica el trabajo artístico del actor profesional en los diferentes ámbitos del teatro internacional. Otros libros de consulta serán: *Voz para la Escena,*⁷ y *La voz y el actor.*⁸

Estas lecturas servirán como marco teórico para el informe que se presentará como trabajo final escrito. El ejercicio de plasmar por escrito lo que se piensa del propio proceso en el curso y de confrontarlo con una visión teórica tiene entre sus propósitos propiciar en los estudiantes una reflexión sobre las exigencias físicas (corporales y verbales) y el rigor del trabajo profesional del actor.

Para la evaluar el trabajo práctico y comprobar los logros personales a lo largo del semestre se presentará un ejercicio escénico grupal a partir de la exploración de un soneto. La presentación del ejercicio será una demostración de las habilidades físicas, vocales e imaginativas que se alcanzaron en el semestre y del buen funcionamiento del trabajo en equipo. Los dos trabajos finales (el práctico y el escrito), las asistencias, la disposición y disciplina en el trabajo continuo sumarán los puntos necesarios para la evaluación final.

Para mí es fundamental que el joven que aspira a conocer el trabajo del actor sepa que es indispensable amar y cuidar el propio cuerpo con disciplina y esfuerzo, y que para esto es necesario conocerlo, aceptarlo y creer en él.

BIBLIOGRAFÍA.

BERRY, Cicely. *La voz y el actor.* Adaptación de Vicente Fuentes. 2ª. ed. Madrid, Alba Editorial, 2011.

MONROY, Bautista Fidel. *Voz para la escena.* Entrenamiento y conceptos fundamentales. 1ª. ed. México, Col. Escenología- CEUVOZ, 2011.

⁵ Este contenido está dividido en el plan de estudio, sin embargo en el lenguaje vivo, lo corporal corresponde indivisiblemente con lo vocal, sobre todo en las prácticas escénicas. En la misma unidad 1: **1.4 Panorama histórico del entrenamiento corporal de los actores. 1.5 Panorama histórico del entrenamiento vocal de los actores.**

⁶ Carol Müller, coordinadora. *El training del actor.* Traducción de María Dolores Ponce. G. UNAM-INBA, México, 2007. 165 P.

⁷ Fidel Monroy Bautista. *Voz para la escena. Entrenamiento y conceptos fundamentales.* Col. Escenología, CEUVOZ, México, 2011. 414 P.

⁸ Cicely Berry. *La voz y el actor.* Adaptación de Vicente Fuentes. ALBA, España, 2011. 286 p.

MÜLLER, Carol. Coord. *El training del acto*. Trad. María Dolores Ponce. G. México, UNAM-INBA, 2007.

OCAMPO, Guzmán Antonio. *La libertad de la voz natural*, El método Linklater. 1ª ed. México, UNAM, 2010.