

UNIVERSIDAD NACIONAL AUTÓNOMA DE MÉXICO

FACULTAD DE FILOSOFÍA Y LETRAS

COLEGIO DE LITERATURA DRAMÁTICA Y TEATRO

MATERIA: **EXPRESIÓN CORPORAL 3**

IMPARTE: LIC. BRUNO CASTILLO DÍAZ

Objetivos:

- Establecer un lenguaje conceptual común, así como una rutina de entrenamiento cotidiano basada en una mezcla entre técnicas suaves de entrenamiento provenientes de la danza postmoderna y una selección de ejercicios básicos acrobáticos pertinentes en el desarrollo de la expresividad extra-cotidiana del actor/actriz. Dos caminos diferentes para la preparación del cuerpo escénico.
- Aplicar los principios pre-expresivos de la Antropología Teatral para la construcción creativa de secuencias de acciones extra-cotidianas. Comprender su aplicación en el trabajo y corroborar los resultados en el *Bíos escénico* y la presencia del cuerpo en el espacio.
- Plantear líneas de investigación escénica-corporal que puedan desarrollarse y profundizarse a futuro.

Unidad 1: Técnicas suaves de entrenamiento.

1.1) La cadera y el abdomen como centros del cuerpo.

1.2) La soltura de las extremidades y la localización de los esfuerzos.

1.3) La relación con el piso.

1.4) La respiración y su función en la elasticidad y el movimiento.

1.5) Extensión y alargamiento.

1.6) El cuerpo conectado en la prevención de accidentes.

Unidad 2: Entrenamiento actoral acrobático.

- 2.1) Técnicas de calentamiento para acrobacia.
- 2.2) La respiración en el entrenamiento aeróbico.
- 2.3) Equilibrio y balance.
- 2.4) Desgaste energético.
- 2.5) Peso suspendido.
- 2.6) Los saltos y la suspensión de la cadera.
- 2.7) Ejercicios básicos de equilibrio. (*gallito y vela*)
- 2.8) El arco y el parado de cabeza.
- 2.9) El papel de la acrobacia en el entrenamiento del actor.

Unidad 3: Principios para construcción de secuencias pre-expresivas de entrenamiento.

- 3.1) Principios que retornan; La antropología teatral.
- 3.2) Base de equilibrio inestable. (Equilibrio precario).
- 3.3) Lucha de contrarios al interior del cuerpo.
- 3.4) Todas las acciones nacen de la columna.
- 3.5) No simetría.
- 3.6) Máxima dilatación.
- 3.7) Manejo de ritmos.
- 3.8) Mudras. (gestos con las manos)
- 3.9) Precisión.
- 3.10) Limpieza.
- 3.11) Acciones repetibles.

Unidad 4: Entrenamiento a partir de secuencias de acción.

- 4.1) Construcción de una secuencia.
- 4.2) Exploración y aplicación de principios.
- 4.3) Fijar una secuencia.
- 4.4) Repetición es perfección.
- 4.5) La secuencias de acción como entrenamiento.
- 4.6) Entrenamiento compartido.
- 4.7) Entrenamiento individual.
- 4.8) Los *Sats*.
- 4.9) El tiempo de trabajo.
- 4.10) Elaboración y mantenimiento de secuencia.
- 4.11) La presencia del cuerpo en el espacio.
- 4.12) Lo interesante.
- 4.13) Caballo de plata.
- 4.14) Reducción de secuencia.
- 4.15) Codificación de secuencia.
- 4.16) Edición de secuencia.
- 4.17) El camino energético.
- 4.18) La sangre de una secuencia de acciones.

Unidad 5: Entrenamiento pre-expresivo con música y voz.

- 5.1) El manejo extra-cotidiano de la voz.
- 5.2) Deconstrucción de la sonoridad del texto a partir del movimiento.
- 5.3) Modificación creativa de secuencia a partir de la música.

Metodología:

Todos los contenidos del curso son de carácter práctico por lo que se experimentan directamente en el cuerpo de alumnas y alumnos. Los avances y resultados se van reconociendo día a día conforme se desarrollan las sesiones.

La clase consta de 60 minutos de calentamiento acrobático de alto impacto o de 60 minutos de clase de piso; estas técnicas se van intercalando de sesión en sesión. Posteriormente se pasa al trabajo de principios y secuencias de movimientos.

Los materiales contruidos se presentan periódicamente y se analizan los procesos y aplicación de principios.

Para mantener y construir las secuencias solicitadas es necesario trabajo fuera del aula, promoviendo el desarrollo del hábito del ensayo.

Evaluación:

El entrenamiento y la presentación de ejercicios se realiza periódicamente por lo que la **asistencia y puntualidad son indispensables** para obtener la más alta calificación. Las faltas, así como el incumplimiento en las presentaciones de materiales de clase, pueden significar puntos menos sobre la calificación final. La evaluación se realiza de forma cotidiana.

Examen Extraordinario

El carácter de la asignatura es 100% práctico por lo que no se aplican exámenes escritos. **Es requisito indispensable cursar la materia en su totalidad** de manera regular para poder tener derecho a una calificación en el periodo Extra EB. El compromiso con la clase debe ser total. Es importante ponerse en contacto con el docente previamente o al inicio del semestre para incluirse en la clase. También se puede presentar el primer día de clase y exponer su caso para consideración.

Correo: brunocastillo@filos.unam.mx

Bibliografía:

BARBA, Eugenio. SAVARESSE, Nicola. *El Arte Secreto del Actor, diccionario de Antropología Teatral*. Col. Escenología. México, 1990.

BARBA, Eugenio. *La canoa de papel*. Col. Escenología. México, 1992.

BARBA, Eugenio. *Mas allá de las islas flotantes*. Col. Escenología. México, 1995.

BARBA, Eugenio. *La tierra de cenizas y diamantes*. Col. Escenología. México, 2008.

BARBA, Eugenio. *La luna surge del Ganges, mi viaje a través de las técnicas de actuación asiáticas*. Ediciones Paso de Gato. CDMX, 2017.

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

CARRERI, Roberta. *Rastros; training e historia de una actriz del Odin Teatret*. Biblioteca Teatro Laboratorio. Bilbao, 2011.

COLLAZOS VIDAL, Armando. *La Acrobacia, un recurso para la formación corporal del artista escénico*. Programa Editorial Universidad del Valle. Medellín, 2013.

GROTOWSKY, Jerzy. *Hacia un teatro pobre*. Editorial Siglo XXI. México DF, 2016.

HERRIGEL, Eugen. *Zen en el arte de tiro con arco*. Editorial Kier. Buenos Aires, 1991.

MEYERHOLD, Vsevolod. *Teoría teatral*. Editorial Fundamentos. Madrid, 2016.

MÜLLER, Carol (Coordinadora). *El training del actor*. UNAM-INBAL. CDMX, 2019.

NUÑEZ, Nicolás. *Teatro Antropocósmico*. Secretaría de Educación Pública. México, 1987.

RASMUSSEN, Iben Nagel. *El Caballo Ciego, diálogos con Eugenio Barba y otros escritos*. Editorial Eternos Pasajeros. Buenos Aires, 2016.

VARLEY, Julia. *Piedras de agua, cuaderno de una actriz del Odin Teatret*. Col. Escenología. México, 2009.