PROPOSTA PARA OBRADOIRO REGULAR DE TEATRO E EXPRESIÓN CORPORAL



Teatro para o autocoñecemento e o traballo das relacións sociais.

Idades participantes:
Obradoiros con exercicios adaptados para idades entre 3 a 6 anos e 7 en adiante.

Fundamentos da proposta:
O teatro, a expresión dramática, é un exercicio reparador. Gran parte do exercicio da interpretación xira arredor da identificación, imitación e/ou experimentación de sentimentos e emocións. Nas súas formas primitivas —o teatro ritual, os ritos chamánicos e o teatro clásico na antiga Grecia— tiña un fin terapéutico.

Hai outro espazo que tamén cobre a expresión dramática, o destinado ao coñecemento e uso do corpo; case todas as formacións actorais complétanse con clases de danza, acrobacia, circo, expresión corporal, etc. Estas disciplinas teñen unha repercusión directa na saúde da persoa, xa que achegan os beneficios xerais do exercicio físico así como unha conexión co corpo físico.

Tamén, o ser humano é un ser social, polo que o traballo en grupo xera un ambiente social saudable e permite compartir tanto inquedanzas e problemáticas como as súas posibles solucións. Atopar un proxecto común é o centro da grupalidade, isto permitiranos crear unha comunidade intersubxectiva, que é unha maneira de percibir dada polo entorno relacional.



É nestes casos onde se activan as neuronas espello, tanto ao realizar unha acción como ao observala, e así xorde a orixe de todos os fenómenos de contaxio ou empatía.

DESCRICIÓN XERAL

Propoñemos un obradoiro onde as nenas e nenos poidan experimentar, a través de dinámicas de expresión plástica, expresión corporal e xogo dramático, o coñecemento dos seus corpos e explorar as súas posibilidades motrices e expresivas para buscar distintos modos de comunicación, recoñecemento e benestar físico e social.

Na fenomenoloxía da percepción, corpo e mundo son o mesmo, existe unha “continuidade simpática”, todo corpo é completo en si mesmo e está adaptado ás súas posibilidades, xa que é unha condición da existencia. O ser humano é unha totalidade, por iso non se pode

fragmentar nin psicolóxica nin fisicamente; este ser en vías de desenvolvemento vai cara a un fin, vive en relación cos outros e ten unha historicidade.



Desta teoría deriva a sinestesia, que consiste en sínteses sensoriais. Debido a que temos unha gran capacidade sensorial, a sinestesia busca fusionar distintas correntes artísticas; así xorden temas como as audicións coloreadas, a música que desprende aromas, etc. Baseándonos na fenomenoloxía da percepción, prantexamos exercicios de sensibilización onde estimular ao máximo os sentidos, permitindo a exploración libre de todo o que se pode percibir: os sons e sensacións internas do corpo, o espazo, os obxectos, a nosa propia anatomía e o resto de integrantes do colectivo.

A expresión dramática é conflito: todo o xogo dramático, as improvisacións e os textos teatrais baséanse nun conflito. Polo tanto, a expresión dramática é unha ferramenta para traballar no autocoñecemento e na busca de estratexias de supervivencia e existencia.

A expresión nace no xesto, xa que as persoas aprenden a comunicarse moito antes de aprender a falar. O noso corpo é a principal ferramenta, pero estas sesións tamén serán unha plataforma para a expresión plástica e oral, o recoñecemento e análise das emocións, o abstracto e o concreto, a fantasía e a realidade, o "eu" como individuo e o "nós" como colectivo.

O que propoño é un espazo onde conectar cos sentidos, o corpo, a música, o movemento, a expresión e as emocións; un espazo no que se poidan potenciar experiencias e habilidades útiles para a vida diaria de cada persoa.

EIXOS TRANSVERSAIS

Aprender a aprender (Habilidades de coñecemento)
A pedagoxía teatral é unha potente ferramenta transversal de aprendizaxe, que permite transmitir contidos desde o socioemocional ata materias puramente didácticas. Isto proporcionará ferramentas ás persoas participantes para comprender o proceso de aprendizaxe de forma máis holística, buscando os puntos de interese e conexión desde a individualidade para chegar aos obxectivos comúns.
Por exemplo, ao desenvolver xogos de expresión plástica nos que teñan que plasmar distintas partes do corpo ou do entorno que os rodea, adquirirán ferramentas para aprender e compartir o aprendido.

Aprender facendo (Habilidades técnicas)
Tal e como indica este apartado, "aprender facendo" é a mellor das técnicas, e isto tamén se aplica ao recoñecemento e á xestión das emocións. Xogando a representar sentimentos, emocións, conflitos e as súas posibles solucións, aprenderemos a recoñecelos e resolvelos na nosa vida cotiá.
Isto reflíctese nas actividades de xogo dramático, onde se prantexan situacións que teñen que resolver no momento con enxeño.

Aprender a colaborar (Habilidades relacionais)
Un dos piares da pedagoxía teatral baséase no concepto da grupalidade e o seu desenvolvemento. Como se mencionou anteriormente, o ser humano é un ser social, polo que o traballo en grupo xera un ambiente saudable e permite compartir tanto inquedanzas como as súas posibles solucións. Atopar un proxecto común é clave para crear unha comunidade intersubxectiva.



Por exemplo, ao desenvolver un xogo de busca do tesouro ou xincanas, estaremos traballando directamente na área da colaboración.

Aprender a ser um mesmo (Habilidades socioemocionais)
Para poder integrar as aprendizaxes que se propoñen, remitímonos ao pronome entre paréntese no título: (ME). Para avanzar en todos os xogos, o punto de partida será cada unha das persoas participantes, que terán que coñecerse, moverse e comunicarse para logo poder mover, coñecer e comunicarse co resto das persoas e co entorno.
Isto reflíctese, por exemplo, nos xogos de expresión corporal, nos que se pide explorar os seus movementos e expresarse a través do corpo.



TEMPORALIZACIÓN E VALORES:

GRUPOS DE 3 A 6 ANOS
Máximo 15 participantes, mínimo 8

- 1 hora semanal 20€/mes

GRUPOS DE 7 ANOS EN ADIANTE
Máximo 15 participantes, mínimo 8

- 1 hora á semana 20€/mes
- 1 hora 30 minutos á semana 25€/mes
- 2 horas á semana (dúas sesións) 30€/mes