



**Sistematización de la práctica pedagógica
Cuerpos Expresivos**

Kristina Quirós Salazar.

**Centro de Investigación Docencia y Extensión Artística, Escuela de Danza de la
Universidad Nacional.**

Maestría en Formación Dancística.

Técnica Aplicada II.

Msc. Guiselle R. López.

M.A. Ileana A. Pérez.

M.A. Mario V.

15 de Noviembre del 2020.



PRÁCTICA PEDAGÓGICA CUERPOS EXPRESIVOS





“A nosotras, que somos tus móviles e inestables criaturas, hánblanos en medio de las grandes conmociones del mar; hánblanos en el murmullo de las aguas límpidas y ansiaremos tu amor. ¡Oh, Inmensidad, en la cual van a perderse todos los ríos del ser, que incesantemente renacen en ti!.... ¡Agua de las perfecciones infinitas

Bestiario de la Mitología Griega E. J. Ríos (2015)”



NACIMIENTO DE UNA ONDINA
ARTISTA ONNE IVONNE (IVONNE RODRÍGUEZ MIRANDA)





 **Universidad Nacional de Costa Rica.**


 **Sistema de estudios de Posgrado**

 **Centro de Investigación Docencia y Extensión Artística**


 **Escuela de Danza**


 **Maestría Profesional en Danza con énfasis en Formación y pedagogía dancística.**

 **Colaboración:**
Asociación Alfa y Orquídea de nado sincronizado (Selección y pre selección nacional de natación artística en Costa Rica)

 **Profesora y Guía de sistematización:**
M. Ed. Guiselle Román López

 **Coordinación Maestría Profesional en Danza:**
M.A Ileana Álvarez Pérez

 **Sistematización de experiencias del taller:**
Cuerpos Expresivos presentado por Kristina Quirós Salazar, Heredia,

 **Ilustración y Diseño:**
Edio J. Gutierrez G.
Jesús E. Da Silva L. ♥

Diciembre 2020.



KRISTINA QUIRÓS SALAZAR.

24 años

Soy un ser humano más, amante del movimiento, de la sencillez de la vida y de las experiencias compartidas en colectividad.

Mi formación académica profesional, inició en el año 2014 y culminó en el año 2018, con un título de Bachiller en danza de la Universidad Nacional. Durante este proceso participé en distintos festivales Latinoamericanos como Cuba Danza en el 2015, el Puente en México en su edición 2018 y 2019, y en el Encuentro Centroamericano y del Caribe para el estudio de la danza contemporánea en sus ediciones 2015, 2016, 2017 y 2018. Para mi formación como artista latinoamericana transgredir con el eurocentrismo es esencial para el desarrollo de mi propia identidad y el sello propio.

Existe además un interés instintivo en mi vida hacia lo diverso, lo múltiple e interdisciplinario, que me ha llevado a articular la danza con otros contextos y lenguaje, me relacioné con el teatro en “UNA Puesta al Fuego” bajo la dirección

en “UNA Puesta al Fuego” bajo la dirección dramaturgica de Mercedes Tovar, como actriz y escritora. Después de eso seguí articulando mis conocimientos con el teatro en trabajos estudiantiles de puesta en escena.

Toda mi vida me relacioné con el medio acuático a través de natación para competencia y aguas abiertas; gracias a estas experiencias y necesidad de conectarme con otras disciplinas pude formar parte de la fundación del proyecto: Sincro UNA, de la Escuela de Ciencias del Movimiento Humano y Calidad de Vida de la UNA. El proyecto dio pie al tercer semillero de natación artística en el país, actualmente llamado Flowing dirigido por Alejandra Calvo y mi persona.

Actualmente me dedico a la investigación de la danza en el medio acuático y a la incidencia de las tecnologías corporales en la enseñanza de la natación y la natación artística.



DEDICATORIA

“Al mundo entero que me permite amar y amar hasta morir,
a mí misma y a mis Ondinas hermosas.”



AGRADECIMIENTOS

Agradecerle siempre a mi fuego interno, por la constancia y el esfuerzo que me ha ayudado a conseguir cada uno de mis sueños.

Afortunadamente nada en la vida me ha sido fácil.

Agradecer a mis padres, por siempre estar conmigo, apoyándome a ciegas en todas mis decisiones. Creo que la palabra que mejor los describe es: Acompañar.

Agradecer a todas las personas que me han llevado a relacionarme con el agua, primero a mi querida y admirada amiga Alejandra Calvo, ya que si no la hubiera conocido no habría llegado a ser nada de lo que soy ahora, gracias amiga. Al profesor Alejandro Rodríguez por darme la oportunidad de trabajar para NAPROSA y obtener la mayor cantidad de conocimiento posible a partir de la experiencia. A Renata Saballos, por creer en mi trabajo y siempre ser una jefa bondadosa y comprensiva, más en estos tiempos como estudiante. A Jonathan Solano por la oportunidad actual de seguir creciendo en el medio acuático desde su empresa, y darle un espacio al nuevo equipo de sincro y todas mis nuevas ideas. A Cristina Hiller y a Violeta Mitinian por dejarme cometer esta locura con sus equipos y siempre apoyarme en todo lo que necesité, son increíbles mujeres y las admiro mucho.

Gracias a mis compañeros por siempre ser tan diversos y dejarme aprender de ellos. Gracias a todos los profesores que me han aportado en esta maestría, en especial a la profe Guiselle Román, por enseñarme desde el amor y acompañarme en cada momento que lo necesité con palabras llenas de motivación y magia.

Gracias, gracias a mis Ondinas Danzantes, a todas y a cada una de ustedes, esta dedicación y esfuerzo, por creer que el amor y la ternura son elementos necesarios en este presente en el que vivimos, gracias por ser tan comprensivas, amables, creativas y entregadas para con este proceso, esas mujeres serán siempre en mi memoria.

Gracias a Antonella Ross por ser mi mejor amiga siempre y tener esa mano creadora tan afinada y llena de flores. Gracias a José Romero, porque a pesar de este mundo feo, aún creemos que el sonido nos puede salvar. Gracias a todas las personas que me han valorado y amado.

Por último, gracias a Dios, a esa energía de origen y de sostén.



TABLA DE CONTENIDO

Presentación	13
Mapa de la sistematización (Objetivo objeto y eje)	16
Capítulo I: La memoria	17
Características principales del taller	18
Fase 1. Cuerpo: dimensionando la estructura de mi esqueleto. Tren inferior Tren superior.	
Fase 2. El Espacio: cuerpo, casa y agua.	
Fase 3. Esfuerzos que determinan mi movimiento y acciones creadoras.	
Capítulo II. Análisis Crítico de la experiencia	27
Perspectiva de la danza y la expresividad.	28
Perspectiva de la Natación artística y el discurso deportivo hegemónico.	29
Rompimiento con el discurso hegemónico deportivo	30
Enfoque interdisciplinario, como enfoque pedagógico.	31
El valor del rizoma.	31



Virtualidad y pedagogía.	33
Interés, verdadera disciplina	34
Fases y Tecnologías corporales	35
Cuerpo.	35
El espacio	37
Esfuerzos y acciones creadoras	38
Sobre la mediación pedagógica	39
Capítulo III. Estrategia de Comunicación.	41
IV Capítulo. Conclusiones y recomendaciones	44
Desarma, arma y rearma	45
Danza y natación artística, en relación con el enfoque interdisciplinario.	45
Tecnologías corporales y herramientas expresivas	45
Sobre la mediación pedagógica y el valor del rizoma (Interdisciplinariedad).	46
Recomendaciones	47
Referencias	49

PRESENTACIÓN

El proceso de sistematización que presentamos a continuación, proviene de una inquietud pedagógica que inició hace cinco años, vinculando dos disciplinas artísticas: la danza y la natación artística. Gracias a los vacíos descubiertos a partir de esta relación, se nos fueron generando preguntas que sirvieron para problematizar dentro del marco de una práctica pedagógica, desarrollada en el contexto de la Maestría en Danza de la Universidad Nacional.

La pregunta inicial que nos impulsó para llevar adelante dicha práctica, es la siguiente: ¿Cuáles pueden ser los aportes directos de la danza a la natación artística? Desde ahí fuimos derivando un conjunto de ramificaciones epistemológicas, relacionadas con la expresividad de las nadadoras a partir de los aportes artísticos expresivos de la danza.

Como un intento de profundizar en esa pregunta inicial, construimos un taller pedagógico denominado “Cuerpos Expresivos”, implementado con un grupo de doce atletas junior (menores de 14 años) y senior (de 14 años y más) de la Selección y preselección nacional de natación artística de Costa Rica. Este taller fue posible gracias al apoyo e interés de las dos Asociaciones Deportivas principales del país: Asociación Orquídea y Asociación Alfa de Nado Sincronizado.

El Taller se desarrolló durante los meses de marzo y agosto del año 2020, y consistió de 15 sesiones en total. El objetivo principal de esta experiencia pedagógica fue el de: favorecer el diálogo multidisciplinario entre la Danza y la Natación Artística, a partir de referentes teórico/metodológicos, para el enriquecimiento de la actividad creativa expresiva en el medio acuático, de un grupo de atletas junior y senior de natación artística pertenecientes a la pre selección y la selección nacional de Costa Rica.

Es importante mencionar que el taller Cuerpos Expresivos, lo construimos a partir de las características propias del paradigma humanista interpretativo, que a su vez parte de la descripción y la comprensión de lo individual, de lo único y de lo particular (González Monteagudo 1996 p35) Gracias a este posicionamiento paradigmático, se establecieron canales de interrelaciones horizontales y dialógicas, en el conjunto de experiencias que fueron sucediendo durante el taller.

Por otra parte, la metodología participativa fue el lugar situado desde el que partimos para transitar por el bucle acción-reflexión-acción-, que influyó directamente en la construcción de saberes significativos y le dio un aire de constante cambio a la estructura sumativa del taller; generando transformaciones importantes en la ruta de aprendizajes colectivos, permitiendo un co-protagonismo entre la mediadora y las participantes. En colaboración con esta metodología, se logró que todas las personas participantes tuvieran un rol de creación y recepción constante durante toda la experiencia.

El Taller lo dividimos en tres fases: Cuerpo, Espacio, Esfuerzos y acciones creadoras. Estas fases se derivan de las bases fundamentales teóricas de las tecnologías corporales propuestas por (Islas 1995), las cuales, en el contexto del taller, fueron consideradas en beneficio de la expresividad de las nadadoras.

Las fases Cuerpo, Espacio, Esfuerzos y Acciones creadoras fueron abordadas desde la interdisciplinariedad mediante posturas teóricas tales como: la educación somática, el teatro, la arquitectura del espacio, la psicología, la biomecánica, la poética de la enseñanza y la filosofía. Fuimos aplicando los referentes anteriores en favor de la práctica de la natación artística, y en beneficio de la construcción de nuevos lenguajes expresivos. Las fases también funcionan como espacios de investigación expresiva y pueden ser abordadas desde distintos puntos teóricos metodológicos, partiendo siempre del objetivo central de cada una de ellas.

Al llegar a la etapa final del proceso vivido, hicimos extensiva la invitación a las personas participantes para construir un lenguaje propio expresivo, a partir de los conocimientos adquiridos sobre las tecnologías corporales, siguiendo las pautas de lo que se denominan acciones creadoras de una expresividad propia y un posible lenguaje escénico. Las personas estudiantes hicieron acopio de todo lo aprendido durante el taller y lo empezaron a implementar, para poder generar su propia notación del movimiento, a partir de los conocimientos sobre el cuerpo, el espacio y los esfuerzos. A estos trabajos finales se les denominan acciones creadoras, acciones creadoras de una expresividad propia y un posible lenguaje escénico expresivo

Por último, en el taller proponemos dimensionar el proceso pedagógico en un proceso creativo escénico, en conjunto con las nadadoras de ambos equipos y las acciones creadoras que surgieron en el taller, se crea un dispositivo audiovisual escénico donde todos los inter aprendizajes conviven, hablan e interaccionan. Las personas participantes en colaboración con la mediadora, trabajamos en el diseño y producción de este dispositivo, cuyo objetivo remite a exponer el abordaje interdisciplinar entre la danza y la natación artística, desde el enfoque de las tecnologías corporales, para la creación de material expresivo danzado, como recurso en los procesos pedagógicos.

En cuanto al contexto en el que realizamos el citado taller, un aspecto importante de destacar, es la coyuntura de la pandemia de la COVID-19, que se convirtió en un eje circunstancial de esta práctica pedagógica y nos condujo, a quienes desarrollamos este ejercicio, a indagar en la virtualidad como un recurso novedoso para la mediación pedagógica y la consecuente promoción de los aprendizajes. El contexto siempre fue un factor determinante en la construcción de saberes y es, en sí mismo, un aporte directo a la forma en la que las personas están acostumbradas a mediar y a aprender.

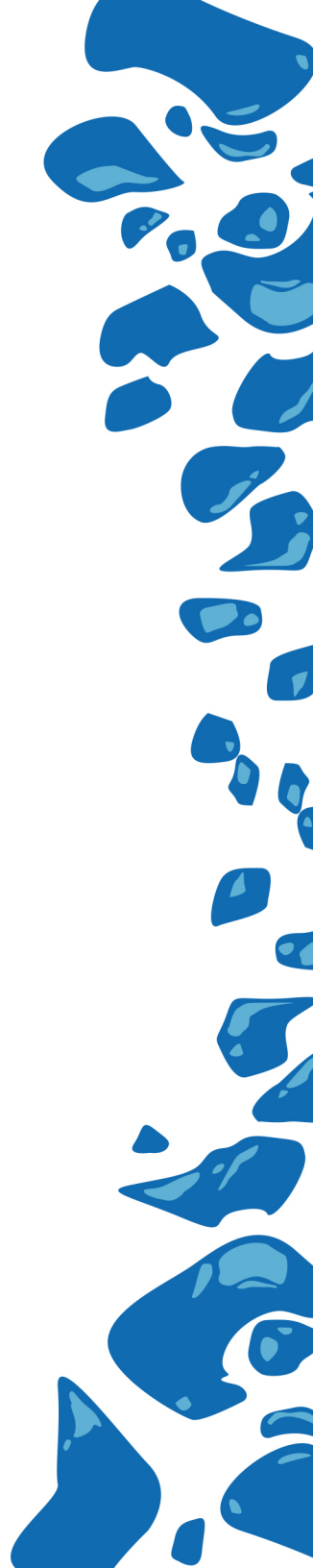
¹ Debemos hablar ya no de una cultura corporal homogénea y estable, asignable a una comunidad, ni de la dispersión de "las técnicas" del cuerpo sino, más bien, de Tecnologías corporales, formas más complejas de composición y recomposición de los usos corporales, en función de las necesidades del tejido social. (Islas, 1995 p.233).

² En la lectura deleuziana de Foucault, un dispositivo es descrito como "un conjunto multilineal", que articula saber, poder y subjetividad y cuya función es "hacer ver" y "hacer hablar"(Archivo Artea, 2016. <http://archivoarte.uclm.es/contextos/dispositivos-escenicos-ciudadania-y-estado-de-excepcion/> parrafo 3)

Por otro lado, creemos en la importancia de los diálogos interdisciplinarios y podríamos señalar que, los consideramos como ese encuentro entre disciplinas que se ubican en espacios intermedios o en los intersticios en la construcción de saberes. En estos intersticios es donde convergen ideas y constantemente se están creando informaciones diversas, puntos de vista diferentes, lenguajes. Ese espacio de magia y genialidad que puede resultar al mezclarnos entre disciplinas, para generar nuevos saberes y aportes directos a poblaciones específicas, como en este caso, a un deporte (natación) desde el arte (danza).

En esta reflexión sistemática miramos a la interdisciplinariedad como un enfoque indispensable que permite ver fenómenos complejos y establecer diálogos disciplinares sin jerarquías entre las disciplinas que participan. Todo esto aporta de manera directa a la construcción de saberes valiosos sobre la expresividad a la práctica pedagógica y a los descubrimientos de nuevas formas de conocimiento. Según (piaget 1997) los niveles de integración y colaboración entre disciplinas son indispensables para la enseñanza.

Para realizar la sistematización es necesario partir de tres aspectos centrales, que permiten demarcar, de manera clara, la ruta a seguir en el reordenamiento y reflexión, de los descubrimientos, hallazgos y la realización de propuestas de la experiencia vivida. A continuación, presentamos tres aspectos fundamentales que sostienen o direccionan el proceso de sistematización: el objetivo, el objeto y el eje, en procura de reconstruir la experiencia de manera descriptiva para posteriormente, adentrarnos en ella desde una mirada análitica interpretativa, y finalmente, llegar a conclusiones y recomendaciones que sirvan de aportes concretos a futuros procesos.





MAPA DE SISTEMATIZACIÓN

Objetivo:

Recuperar la experiencia vivida en el taller Cuerpos Expresivos, para generar una propuesta pedagógica que integre elementos de las tecnologías corporales en los procesos de entrenamiento y práctica de la natación artística.

Objeto:

La implementación de las tecnologías corporales en el trabajo expresivo de atletas del nado sincronizado de las Asociaciones ALFA y Orquídea, desde mayo a septiembre 2020.

Eje:

Los aspectos teóricos, prácticos y metodológicos que contribuyen a potenciar las posibilidades expresivas y el autoconocimiento de los cuerpos expresivos, dentro del rendimiento de la práctica de la natación artística.



CAPÍTULO I: LA MEMORIA.

“Todo lo que fue volverá a ser y todo lo que es dejará de ser...”

Proverbio náhuatl.

En este capítulo presentamos, los principales momentos históricos que marcaron la experiencia vivida en el taller Cuerpos Expresivos. Se trata de una reconstrucción cronológica que expone de manera descriptiva los principales hechos que conformaron esta práctica pedagógica.

Características principales del taller:

El taller de Cuerpos Expresivos lo realizamos bajo la modalidad de presencialidad remota, a través de la plataforma ZOOM, los lunes para las atletas de Alfa y los viernes para las atletas de Orquídea, según se coordinó con las respectivas entrenadoras de ambas asociaciones deportivas. Planteamos las mismas actividades y temas por clase, y por semana para ambos equipos.

Utilizamos herramientas virtuales como el Padlet, que funcionó como una “pizarra virtual” donde colocamos todos los contenidos visuales, teóricos y audiovisuales utilizados y compartidos durante el taller, fue un espacio de acceso libre de información para la mediadora y las personas estudiantes. También utilizamos el power point y youtube que fueron herramientas importantes para abordar algunos contenidos teóricos y visuales del taller. La herramienta de Whastapp funcionó para mantener canales de comunicación abiertos entre las personas involucradas en el proceso y la mediadora, también fue un medio por el cual se realizaron diversas entrevistas y fue el medio principal para enviar tareas, preguntas y bitácoras.


Como una herramienta para la recopilación de datos y experiencias, las personas estudiantes se acompañaron de la creación de bitácoras de la intuición, que resultaron ser guías de acompañamiento y ordenamiento de la información para todas las involucradas.

La estructura base en la que se exponen los principales contenidos y sesiones del taller son tres fases que se desarrollan de manera cronológica: Cuerpo, Espacio, Esfuerzos y Acciones creadoras. Y es, desde esta estructura base, que los principales hechos históricos son expuestos, de manera cronológica y descriptiva, del taller “Cuerpos Expresivos”:

Fase 1. Cuerpo: dimensionando la estructura de mi esqueleto. Sesiones de la 1 a la 5 (tren inferior) y de la 5 a la 10 (tren superior).

En el contexto del taller Cuerpos Expresivos, el cuerpo representa un medio importante de autoconocimiento para la ejecución de la natación artística, es uno de los puntos más importantes para la realización consciente y para el alcance máximo de las potencialidades expresivas de este deporte.

En el taller nos enfocamos en estudiar el esqueleto humano, la funcionalidad de los huesos y la movilidad de cada uno de ellos, con el objetivo de poder conocer y nombrar los puntos desde dónde se originan los movimientos y así proponer una posible vía de emancipación para la expresividad, una línea de articulación para que las personas participantes puedan conocer y entender más sobre su medio expresivo, en relación con la práctica del nado sincronizado.



La fase CUERPO se deriva de las tecnologías corporales. Estas tecnologías corporales, contienen un aspecto que también es perteneciente a las bases fundamentales del análisis de movimiento; el cuerpo. Para la especificidad de la danza y la natación artística desde un enfoque técnico, el cuerpo es un eje transversal.

En este taller consideramos al cuerpo como una parte fundamental para potenciar las posibilidades expresivas de las nadadoras, gracias al enfoque interdisciplinario que envuelve el taller, esta fase fue abordada desde la práctica somática Body Mind Movement, considerando que:


Las prácticas somáticas son un canal profundo para estudiar al ser humano en su integridad y benefician directamente a las disciplinas que utilizan al cuerpo humano como medio expresivo, resignificando al cuerpo como un ente poético, profundo, único territorio propio lleno de vida y de movimiento. (Eddy, jonhson, C. Taylor 2018 p.10).

Para el abordaje del esqueleto lo dividimos en dos partes: la primera, tren inferior y la segunda, el tren superior, cada tren consta de cinco zonas óseas, cada zona fue una sesión del taller: tren inferior (1 pies, 2 tibia peroné, 3 rodilla, 4 fémur y 5 cadera), tren superior (1 costillas y clavícula, 2 articulación del hombro, 3 manos, 4 columna y 5 cabeza). El material de apoyo fue construido en base al libro Embody the Skeleto (Marck C. Taylor 2018)

Tren inferior

Iniciamos el recorrido del esqueleto partiendo de los pies como base fundamental de la estructura ósea del ser humano, sobre los cuales, fuimos construyendo el resto de la estructura hasta llegar a la cabeza. Iniciando con contenidos como: el pie móvil e inmóvil, la funcionalidad del astrágalo en el flex y la punta, la funcionalidad del trípode plantar para la repartición del peso en las caminatas, la alineación ósea adecuada para mantener la posición paralela que es la más usada por las nadadoras, entre otras, la curiosidad fue un aspecto que fue aflorando en cada sesión, con respecto a considerar que los pies son el segundo rostro de las nadadoras artísticas y a los cuales, contradictoriamente, se les otorga poca atención.

Siguiendo el camino de los pies a la cabeza, estudiamos la relación directa del pie con la tibia y el peroné, la forma en la que se cruzan y la funcionalidad de soporte que tienen ambos huesos, especialmente la tibia. Vinculamos al movimiento de estos huesos al caminar, con una imagen poética de la espiral, sensación que regaló la necesidad de sentir la espiral también en el movimiento y en el resto del cuerpo.



También estudiamos los movimientos que genera la rodilla naturalmente, los cuales resultan importantes de conocer y respetar para mantener la salud de esta articulación tan medular para las nadadoras y los bailarines. Analizamos el lugar desde dónde parte, en el sistema óseo, el movimiento de la batidora eggbeater y la patada pecho, que son usados como principales desplazamientos en el agua, de esta forma se pudo concluir colectivamente durante esta fase del taller, que el hueso del fémur y su movimiento deslizante son los responsables de generar todos los movimientos diversos y circulares de los principales estilos de patada utilizados en la natación.

Para finalizar las primeras cinco sesiones del taller, estudiamos el hueso de la cadera como uno de los principales protagonistas de la alineación postural, necesaria para realizar de manera efectiva, todas las figuras y elementos evaluadas en el deporte. Estudiamos además, los movimientos naturales de la cadera (nutación, contra nutación y movimiento de ocho) en relación al contexto de movilidad que se necesita, se reconoció a la cadera como un hueso móvil y también hueso estable, destacamos la importancia de saber qué tipo de movimiento usar para generar estabilidad en el agua. Establecimos también las relaciones y conexiones adecuadas para la alineación postural desde los patrones de conectividad corporal según (Bartenieff, I. y Lewis. D. 1980) específicamente la relación coronilla coxis, hombros en relación a la cadera y relación isquion talón.

Tren superior

Continuando con la construcción del cuerpo-esqueleto, en las siguientes cinco sesiones del taller, analizamos los huesos que pertenecen a la zona superior del cuerpo humano: los que componen la articulación del hombro, los que componen la columna vertebral, los huesos de las costillas, de las manos y los de la cabeza.

Asimismo, realizamos una comparación entre la articulación de la cadera y la articulación de los hombros. Estudiamos la influencia que tienen estas articulaciones en específico, en relación con el entrenamiento postural. Reconocimos ambas articulaciones como las principales herramientas óseas para la ejecución de todo tipo de remadas y patadas dentro de la técnica del nado sincronizado. Por su parte, las manos y las costillas fueron analizadas desde distintas simbologías y danzas de representación de culturas orientales. Además se les agregó un valor expresivo por medio de la poética y la compresión sobre la biomecánica de los huesos que las conforman.

En una de las actividades que desarrollamos en el taller, convertimos a las manos y las costillas en herramientas para “contar historias con el cuerpo”, esta actividad nos permitió por medio de la poesía, la filosofía y el movimiento, resignificar a las manos y a las costillas como una metáfora de la vida y de todo lo que nos ayudan a hacer. Lo mismo sucedió con la movilidad de la columna y la cabeza, además, analizamos la manera en que ambas se unen por medio de la mirada.

En estas últimas sesiones le dimos un valor poético al esqueleto, un valor de comunicación y de articulación con el mundo. Cuerpo-esqueleto medio por el cual abrazamos al mundo.

Todo el conocimiento generado en las sesiones pertenecientes a la fase uno, se dio por medio de la herramienta metodológica participativa, que también se deriva del BMM; la improvisación, el movimiento libre o el movimiento consciente.

También utilizamos la herramienta del auto trazado de los huesos como una forma de palpar nuestro propio cuerpo, de relacionarnos directamente con él y de despertar la atención de los propioceptores ubicados en la piel y en el periostio de los huesos, esta actividad en especial, nos generó muchas sensaciones, percepciones y códigos en relación con la parte del esqueleto en estudio.

El estudio de la biomecánica de los huesos la realizamos con las herramientas virtuales de Youtube y Powerpoint y más tarde fueron subidas al Padtlet como herramientas de consulta o material didáctico.

Fase 2. El Espacio: cuerpo, casa y agua. Sesiones 11 y 12

El espacio es un aspecto derivado del análisis del movimiento incorporado en las tecnologías corporales, constituye un aspecto característico de ambas disciplinas artísticas en estudio, y tuvo un papel fundamental en la construcción de nuevas posibilidades expresivas para las nadadoras, pues funciona para caracterizar, nombrar y ubicar el movimiento en un contexto dado, tanto en el Agua como en la Tierra.

El estudio del espacio cumplió un papel esclarecedor con respecto al contexto histórico de la pandemia actual y al medio virtual en el cual se desarrolla la clase. Se nos convirtió en una obligación, reconocer a los cuerpos en ese nuevo espacio de estudio que es la propia casa y en el espacio de movimiento que es la cámara. Este aspecto fue fundamental para poder comunicar de manera más clara y directa los contenidos del taller. “Nuestra casa es nuestro rincón del mundo” (Bachelard gaston 1965 p.28).

Es importante aclarar que el primer espacio que estudiamos en el taller, fue el cuerpo, donde recorrimos los principales espacios óseos que se mueven dentro de su espacio.

La gran diferencia es que en esta fase del taller, analizamos a fondo el espacio donde ese cuerpo se mueve, construye y se desplaza, es una fase donde reconocimos las posibilidades expresivas del cuerpo dentro del espacio, donde identificamos las variables del movimiento que son consideradas importantes (ejes, planos, direcciones y dimensiones) según (dalcroze, lavan y Carrasco, 2012, p. 30-35.) para definir los conceptos y las posibilidades de creación del espacio como herramienta expresiva.

En la sesión número 11 del taller, analizamos el espacio desde la visión de las tecnologías corporales y el análisis de movimiento, definiendo a los ejes corporales los niveles, los planos, las dimensiones y las direcciones que pueden crearse en el espacio con el cuerpo a través del movimiento.

Definimos que mientras seamos conscientes de los factores que determinan el movimiento en el espacio, podremos ser claras y apuntar a un desarrollo más complejo de las posibilidades expresivas en relación con el espacio propio y al medio en el cual nos desarrollamos.

El análisis de movimiento de Laban nos ayudó a comprender qué partes del cuerpo van dentro o fuera del agua (niveles), en que eje y planos se mueve el cuerpo y cuáles dimensiones o direcciones se toman cuando se realizan los movimientos, dividimos la piscina en tres niveles: debajo del agua, sobre el agua y fuera del agua, niveles que utilizamos siempre en el diseño de las rutinas y en la elaboración de elementos y figuras de categoría.

Las participantes logramos utilizar lo aprendido en esta sesión para analizar el espacio de las variaciones creadas por cada una, en la fase 1 a partir de las partes del cuerpo. Fue un material que nos ayudó a definir hacia dónde nos movíamos en las variaciones, qué niveles, dimensiones y direcciones usábamos y en qué planos. Esta herramienta es importante pues la utilizamos en la evaluación final del taller y facilitó la comprensión de los movimientos de las compañeras a la hora de la socialización de las variaciones y la memorización de las frases de movimiento.

En la sesión número 12 retomamos los conocimientos aprendidos en la sesión anterior, junto con la creación de un nuevo significado del espacio, construido a partir de la poética, de la filosofía, de la arquitectura, de la danza y del teatro. Conceptualizamos el espacio escénico como ese espacio efímero que creamos cuando exponemos o compartimos un material artístico.



Fase Esfuerzos que determinan mi movimiento y acciones creadoras. Sesiones 13 y 14

Esta fase final del taller es de gran importancia para las personas que participamos en esta experiencia, pues aquí logramos amalgamar y aplicar los conocimientos que adquirimos sobre el cuerpo y el espacio, en relación con el movimiento y a la expresividad.

Para esta fase los esfuerzos y acciones se convierten en una forma de nombrar y caracterizar las posibilidades de movimiento que tiene el cuerpo en el espacio y la manera en cómo estos funcionan para diversificar la propia expresividad.

Esta fase fue abordada desde la perspectiva labaniana del análisis de movimiento³ el cual propone que son las acciones que acompañan a los cuatro esfuerzos que determinan el movimiento: espacio, tiempo, peso y flujo (Aguisti ross, 2009 p. 350, 357). En este taller aprendimos que el movimiento del cuerpo en el espacio, se relaciona con esos esfuerzos y genera más vocabulario corporal y expresivo.

Las acciones creadoras son el momento del taller en el que se puede construir un propio lenguaje de movimiento a través de los conocimientos adquiridos desde el cuerpo, el espacio y los esfuerzos, editamos nuestras frases de movimiento creadas en la fase Cuerpo. y agregamos contenidos generales desde estos puntos de estudio, para terminar de aclarar nuestra propuesta de lenguaje propio expresivo y aplicar el análisis de movimiento para la socialización virtual de esas variaciones.

En esta fase del taller, hubo un espacio para que todas pudiéramos expresar con la palabra y el movimiento las frases creadas en la fase Cuerpo, el objetivo fue entender lo que la otra me está explicando con la palabra y con el movimiento para poder sincronizarnos desde la virtualidad.

Uno de los abordajes más importantes de esta fase fue el abordaje filosófico del movimiento, el cómo nos movemos somos, el cómo nos expresamos nos movemos, de los grandes aprendizajes que rescatamos las participantes es el poder pensar y hablar el movimiento en la virtualidad. (Marie Bradet 2014) nos abrió el camino a la curiosidad en relación con la danza y la filosofía del movimiento e invitó a la mediadora y a las personas estudiantes a pensar el movimiento, desde dentro, desde sí misma y desde las propias características que cada quien tenga.

En la sesión número trece analizamos los esfuerzos en relación con el movimiento. Los cuatro esfuerzos los estudiamos a través de improvisaciones que partieron de estímulos sonoros, con el objetivo de pasar por el cuerpo cada uno esos esfuerzos vistos desde el análisis de movimiento.

³ “El LMA es un lenguaje para entender, observar, describir y anotar todas las formas de movimiento. A partir de las bases teóricas creadas por Rudolf Laban,” (Aguisti ross, 2009 p. 350, 357)

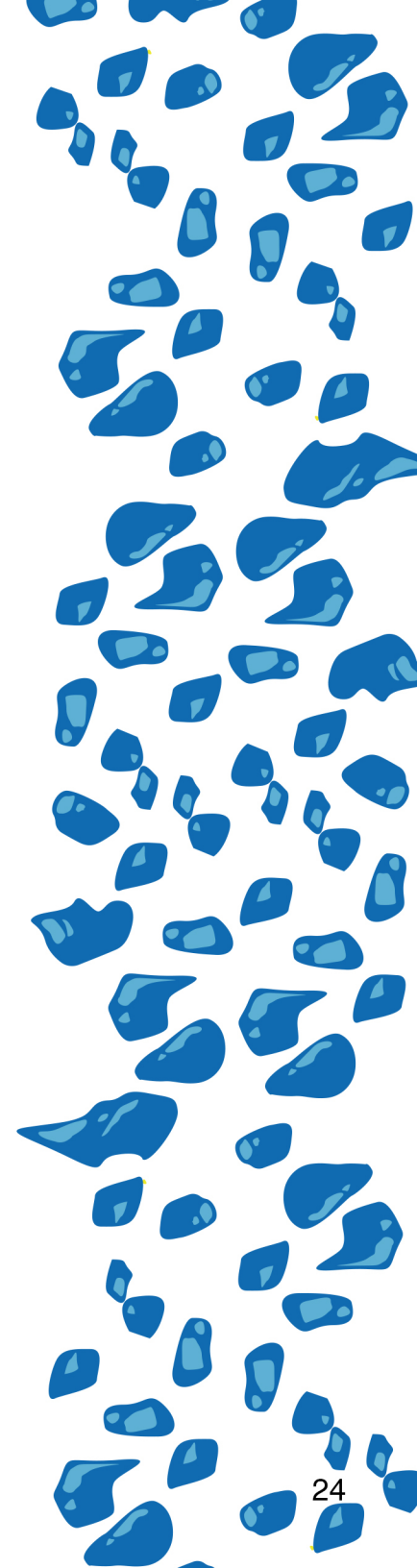


Primero experimentamos con el espacio en relación con la mirada y el movimiento corporal expresivo, directo o indirecto. Luego analizamos el peso en relación con la gravedad, las posibilidades de moverse de manera energética, ligera, pesada, a favor o en contra de la gravedad. Seguidamente estudiamos el tiempo en relación con el movimiento y la velocidad, todas las posibilidades de moverse rápido y todas las posibilidades de moverse lento. Por último experimentamos con las posibilidades de flujo del movimiento, flujo cortado, flujo sostenido o flujo continuo.

En la sesión número catorce abordamos al movimiento desde la filosofía, todas las posibilidades expresivas que nos regala unimos a la acción cotidiana y encontrar inspiración para moverse en lo sencillo de la vida.

Luego socializamos a partir de las subjetividades, cuáles fueron las relaciones personales de movimiento según los esfuerzos, y cuáles de estos nos hicieron sentir más cómodas o identificadas con nuestra propia expresividad.

Por último, analizamos el movimiento auténtico de cada una en relación con sus personalidades y lo relacionamos luego a los flujos corporales, si se movían como la sangre densa y segura de su consistencia o forma, o tanto como el líquido sinovial articulado y articulable, o tal líquido cefalorraquídeo transparente y calmado, que se desprende o guía los nervios, o a manera del líquido seroso que rodea y protege a los órganos con su textura.

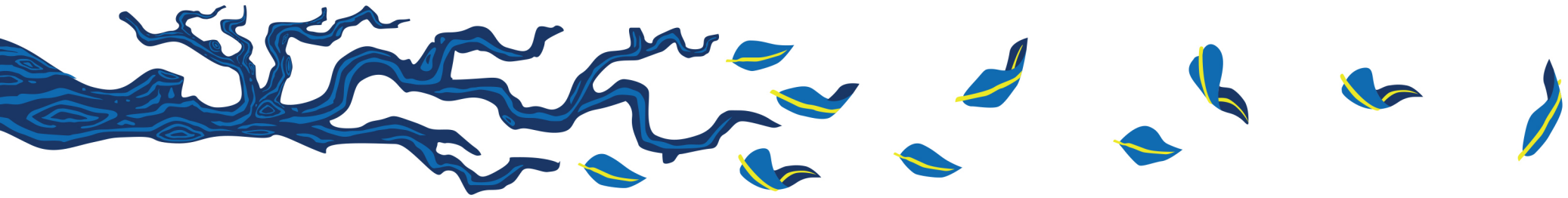




Esta sesión fue clave en la concretización de los conocimientos y el taller, además favoreció, directamente, la construcción y la apropiación de esa expresividad propia, toda vez que fue una preparación para la tarea final de evaluación que consistió en analizar desde el cuerpo, el espacio y los esfuerzos, las frases de movimientos creadas por nosotras mismas en la fase uno.

La tarea final de evaluación requirió del envío de un video y una parte escrita por nosotras mismas exponiendo, a través de nuestra propia nomenclatura del movimiento, las frases construidas. En la última sesión hubo que socializar en vivo esos trabajos de análisis a nuestras compañeras de equipo y también a las chicas de la otra asociación.

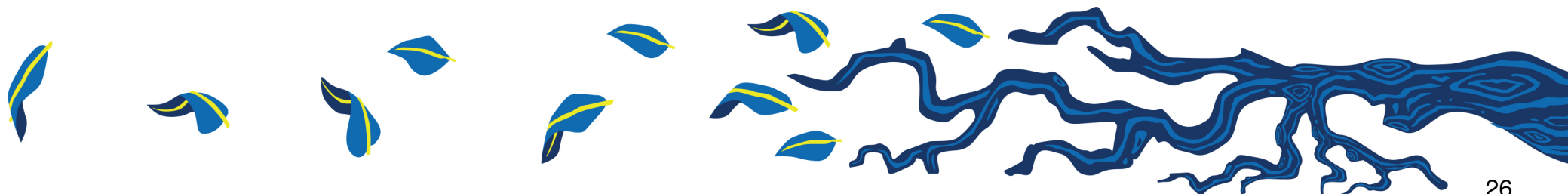
En la sesión quince se unieron los dos equipos para llevar a cabo la socialización de los trabajos de análisis. Las estudiantes explicaron sus frases de movimiento a sus compañeras tomando en consideración ¿qué partes del cuerpo se movían, y cómo? ¿Cómo se relacionaban esos movimientos con el espacio y hacia qué direcciones se dirigen? y también ¿con qué intención, textura o sensación se crearon esos movimientos?



Esta sesión también fue una etapa previa a la última parte de esta fase que consiste en “las acciones creadoras”, estas acciones responden al último objetivo específico del taller cuerpo expresivos que es: Crear un dispositivo coreográfico del proceso pedagógico (material tangible) que envuelva los descubrimientos y aprendizajes obtenidos durante el taller, por medio de una producción audiovisual basada en los nuevos lenguajes expresivos que las atletas generen en el proceso.

Una vez realizada la última sesión y la socialización de esas frases de movimiento, el taller dejó de ser un taller pedagógico y se transformó en un proceso creativo escénico, que utiliza el lenguaje creado y analizado por nosotras las participantes, como recursos expresivos y posibles recursos escénicos; se unieron ambas asociaciones como colectivo junto con la mediadora.

Las sesiones pasaron a ser ensayos y trabajos de mesa de investigación creativa sobre lo que puede llegar a ser el dispositivo audiovisual que será grabado el 8 de noviembre del 2020 en la piscina del polideportivo de Hatillo, en San José, Costa Rica y tendrá como metáfora y nombre: ONDINAS.





CAPÍTULO II. ANÁLISIS CRÍTICO DE LA EXPERIENCIA

En este capítulo presentaremos una mirada más profunda sobre el cómo y el por qué afectaron los principales momentos históricos anteriormente descritos, agregando además una visión un poco más compleja sobre las decisiones tomadas durante la práctica, en relación con los valores éticos, estéticos y epistemológicos que componen esta sistematización.

Perspectiva de la danza y la expresividad.

El carácter plural que se percibe de la danza y que de alguna forma imposibilita su delimitación bajo un término o concepto, también permite la fácil articulación constante con otras disciplinas. En el caso de la práctica pedagógica que aquí sistematizamos, la danza aporta un valor social muy importante, ya que, al ser una actividad artística acentúa toda experiencia vital. Nosotras miramos a la expresividad como una experiencia vital que acentúa la danza.

Es un hecho evidente que la danza como actividad íntimamente unida al ser humano aparece como una realidad multiforme y polivalente. A menudo se habla de la danza como un arte, como un lenguaje corporal, como un impulso de movimiento creativo o como una técnica concreta. (Fuentes serrano 2006, p. 239)

La expresividad se convirtió en la primera línea de fuga, en la columna vertebral, el centro o punto de partida y también en la primera línea de articulación de este proyecto. La expresividad es ese punto de convergencia entre las dos disciplinas, fue el primer impulso creador para esta sistematización.

La definimos como una capacidad humana de manifestar los hechos invisibles y múltiples que se viven. Para expresar se necesita un lenguaje que sea el medio por el cual se manifieste o socialice las percepciones humanas. En esta experiencia pedagógica se encuentra otro punto en común entre la danza y la natación artística y es su medio expresivo, el cuerpo.

La perspectiva sobre el cuerpo, el movimiento, la experiencia y la formación académica de la creadora/mediadora del taller y de esta sistematización, permite diversificar las capacidades expresivas y corporales desde ambas disciplinas, pues ha investigado el movimiento en ambos elementos, tierra y agua; sin dividir lenguajes, sino creando un canal de comunicación que facilita el aprendizaje de los cuerpos interesados en el quehacer deportivo-artístico de la danza y la natación artística.

Para esta sistematización que se origina desde esa articulación interdisciplinaria, se percibe a la disciplina de la danza como ese campo que permite el diálogo abierto, la preparación de los conocimientos kinestésicos y como una acompañante para el estudio del movimiento humano.

La danza es un lenguaje que proviene desde la sencillez, la creatividad y el estudio del ser, que entre otras cosas, promueve el conocimiento corporal, las capacidades de expresión, asimismo provee de un conjunto de herramientas para los descubrimiento corporales, potencia habilidades física-motrices, la creación de espacios, donde se pueda reconocer al cuerpo y prepararlo para una disciplina deportiva.

En esta sistematización la danza cumple un papel vital para el estudio de la expresividad de las nadadoras, guiándose por referentes teóricos que se derivan de este arte para la potencialización de nuestras capacidades expresivas, asimismo como la danza le aporta a la natación artística, esta misma le representa a la danza, una nueva oportunidad de área de estudio que involucra al cuerpo humano y a sus capacidades biomecánicas y expresivas de movimiento. Así como también puede diversificar las capacidades expresivas de las personas bailarinas a partir de nuevos lenguajes de movimiento y de entrenamiento que permiten desarrollar habilidades tanto físicas como expresivas, desarrollando la danza en el medio acuático. También puede representar un nuevo espacio de oportunidades laborales.

Perspectiva de la Natación artística y el discurso deportivo hegemónico.

De este diálogo interdisciplinario surgieron retos y constantes enfrentamientos entre los discursos hegemónicos corporales de ambas disciplinas. A diferencia de la danza y su desarrollo en la historia, la natación artística se vuelca hacia un discurso deportivo que contiene parámetros y lineamientos específicos para su práctica y desarrollo, esto lo hace un campo más limitado a diferencia de la danza y su realidad multiforme y polivalente




La natación artística o “nado sincronizado⁴”, es una disciplina deportiva que se vincula con diferentes expresiones corporales y artísticas como la danza, el ballet, la gimnasia, el teatro, la natación y la música; esta se desarrolla a través de atletas que realizan una serie de movimientos técnicos al ritmo de la música y bajo temáticas específicas en el medio acuático, todo relacionado con la competición y con la demostración de destrezas y aptitudes físicas.

Es un deporte que demanda habilidades tanto en el agua como en la tierra, pues requiere de mucha resistencia física, fuerza, potencia, flexibilidad, uso preciso del tono y de la musicalidad; así como el dominio técnico de destrezas acuáticas como la flotabilidad, el desplazamiento, la inmersión (apnea) y la respiración.

Además, para realizar este deporte a nivel olímpico o de alto rendimiento, se requieren condiciones antropométricas⁵ específicas que permitan la facilidad de adquirir capacidades técnicas en el menor tiempo posible, esto según el manual de la (Federación Cubana de Nado Sincronizado 2005).

⁴Tiene sus orígenes a finales del siglo XIX y la primera competición fue en 1891 en Berlín. Pero su popularidad comienza con una niña australiana que nació en 1887, llamada Annette Kellerman, conocida como la primera bailarina subacuática. (Joaquín Ballines.2014. p1)

⁵Se ha utilizado el somatotipo para la identificación de las deportistas que podrían entrenar el nado sincronizado, al igual que el resto de los deportes, requiere del desarrollo de capacidades condicionales y coordinativas a lo largo de todo el ciclo de preparación, tomando a la flexibilidad como una de las capacidades que desarrolla las articulaciones, músculos, tendones y ligamentos, manteniendo una mejor capacidad de nuestro sistema nervioso.(Beatriz Quinchuela, 2010. p4)



Actualmente, el congreso de la Federación Internacional de Natación (FINA) denominó a la disciplina como: “Natación artística” por la gran transformación multidisciplinaria que ha atravesado, con el fin de estimular el equipamiento con otras disciplinas artísticas; este hecho se dio en el año 2017.

Este discurso deportivo tiene relación con la percepción que tenía Foucault respecto a “ estos métodos que permiten el control minucioso de las operaciones del cuerpo, que garantizan la sujeción constante de sus fuerzas y les imponen una relación de docilidad-utilidad, es a lo que se puede llamar las “disciplinas”. (Foucault, 2002.

<https://lanotasociologica.wordpress.com/2017/04/08/disciplina-los-cuerpos-dociles-michel-foucault/>

Para nosotras este discurso deportivo hegemónico, reduce abismalmente la libertad expresiva y artística de los deportistas, porque evidentemente existe una preocupación por llegar a ser “seleccionada nacional”, además, los parámetros antropométricos reducen la oportunidad de diversificar los cuerpos y modifica el concepto sobre el cuerpo, dirigiendo más a este concepto, hacia a un resultado específico al que se debe llegar sin importar qué, ni cómo.

Estas imágenes afectan y muchas veces alejan a este deporte de su lado artístico, anteponiendo la forma, y el resultado antes de reconocer al disfrute del movimiento expresivo y creador en el agua su valor de comunicación, de articulación y de conexión con el mundo diverso.

Pudimos observar que al finalizar las primeras cinco sesiones del taller surgieron comentarios como: ¿cuándo voy a sudar? De qué me sirve preguntarme si tantas veces me han dicho lo que debo sentir? Es aquí donde nos dimos cuenta de la importancia de contrastar estas percepciones con aportes directos desde la poética y desde la educación artística, señalando lo peligroso del discurso deportivo para las chicas, porque promueve una falta de interés hacia el autoconocimiento de sus propios cuerpos y también una falta de pensamiento crítico e independencia.

También concluimos que salir de esta percepción es difícil y que no todas las personas deben querer hacerlo, así que se dio la oportunidad de hacer abandono del taller si no se cumplía con las expectativas propias de cada quien.

Rompimiento con el discurso hegemónico deportivo.

Como un medio de separación a ese discurso deportivo, o más bien como una respuesta de acción y creación en contraste con esas líneas de fuga descubiertas en ese diálogo entre disciplinas; en el taller nos unimos a un paradigma humanista interpretativo que abraza la subjetividad como un espacio de aceptación y reciprocidad, un espacio para que el/la otra también sea.

Además, contamos con la intervención de herramientas metodológicas participativas que permitieron la colaboración de todas las participantes, y nos posicionó como creadoras y colaboradoras de la construcción de la experiencia, ambos conceptos nos dieron una autonomía y una responsabilidad a todas las personas participantes del taller en relación con los logros y los aprendizajes que cada quien como individuo alcanza, liberándonos del ojo que juzga y del resultado por alcanzar.

Estas herramientas paradigmáticas y metodológicas tomaron el papel de contrastar ese discurso hegemónico deportivo con el que las atletas estaban relacionadas. Esta propuesta contrastante, evidencia que existen otras formas de construcción de saberes en simbiosis, dimensionando lo deportivo a lo artístico y viceversa; y que es posible poner énfasis tanto en lo técnico como en lo expresivo y artístico. Haciendo sentir a todas las involucradas como parte del proyecto y no como simples receptoras de información.

Enfoque interdisciplinario, como enfoque pedagógico. El valor del rizoma.

Este taller fue creado desde un enfoque interdisciplinario, donde ambas disciplinas se establecen en una articulación horizontal, a pesar de sus diferentes discursos técnicos, expresivos, narrativos y de formación.

De los hallazgos más importantes de esta práctica pedagógica se dio el hecho de mirar a la interdisciplinariedad como una herramienta indispensable para la búsqueda pedagógica y la investigación de nuevas formas de conocimiento.

El mismo Piaget habla de esos niveles de integración y colaboración entre disciplinas que son indispensables para la enseñanza, y además señala que “la interdisciplinariedad se plantea el problema de que, partiendo de varias disciplinas, se intenta lograr una comprensión unitaria de lo real tratando de integrar los conocimientos” (Piaget, citado por Alberto ortiz, 2011).

Siempre que exista un intercambio de conocimientos entre disciplinas, se abrirá una relación interdisciplinaria que permite un constante compartir de conocimientos diversos y surgimiento de nuevos rizomas⁶. “Un rizoma no empieza ni acaba, siempre está en el medio, entre las cosas, interser, intermezzo.” (Deleuze & Guattari 1972 p.13).

Al mismo tiempo, en este espacio de reflexión, se define a la pedagogía como un proceso esperanzador de emancipación y autoconocimiento. Invitamos a la educación dancística a dialogar sobre procesos placenteros de enseñanza- aprendizaje y a introducir lo poético como eje fundamental del proceso pedagógico. “Y es que también el discurso pedagógico, al entenderse como discurso artístico, trastoca las normas, los procedimientos y las metas, resucitando la pasión por el conocimiento que hemos perdido por completo.” (Maria acaso 2019, <https://mariaacaso.es/general/sacar-aula-poetizar-la-educacion/>)

⁶Un modelo descriptivo o epistemológico en el que la organización de los elementos no sigue líneas de subordinación jerárquica —con una base o raíz dando origen a múltiples ramas, de acuerdo al conocido modelo del árbol de Porfirio—, sino que cualquier elemento puede afectar o incidir en cualquier otro (Deleuze & Guattari 1972 p.13).



Aprender es infinito y la constante conversación con el otro nos mantiene siempre creando conocimiento. Se cree además que mientras exista un diálogo con el entorno, se generan líneas de fuga en las que encontramos aprendizajes significativos, necesidades valiosas y conflictos que resolver en colectividad. Es ahí en la experiencia donde validamos el conocimiento y la necesidad de mezclarnos, de interconectarnos.

En esta búsqueda pedagógica convergen varias disciplinas artísticas, deportivas, de mediación y aprendizaje, con un mismo fin, que es ubicar a la expresividad como una herramienta de emancipación, partiendo de un enfoque pedagógico interdisciplinario.

La palabra expresión significa justamente, sacar afuera, desde adentro hacia afuera. Y cuando el lenguaje no lo consigue, hace su aparición, el arte. El arte tiene esa capacidad de poder ir más allá de lo que la letra de la información de nuestro lenguaje, pretende decir. (Dario Sztajnszrajber, 15 octubre, 2020) filosofía y música: si no canto lo que siento [Video]

https://www.instagram.com/tv/CGYDaqlhG0x/?utm_source=ig_web_copy_link

Entonces, reflexionamos acerca de la expresividad como la construcción de posibles nuevos caminos, que parten de relaciones intermediales y multimediales basadas en las tecnologías corporales, con miras a la emancipación y construcción de lenguajes propios expresivos, para luego entender a la expresividad como ese sello propio, este lenguaje creativo propio que parte de nosotras mismas, del autoconocimiento y de la forma en la que nos relacionamos con lo externo.

De esta forma el abordaje interdisciplinario de la expresividad en esta búsqueda pedagógica, se convierte en un proceso de transformación y no un proceso de reproducción “la educación, como proceso dinámico, debe estar cambiando y debe hacerlo al ritmo de los cambios del mundo” (Nidya Margot Caicedo 2002, página 25)

Virtualidad y pedagogía.

Las biociencias han descubierto que los procesos de la vida y los procesos de aprendizaje son, en el fondo, una misma cosa. Y el nuevo contexto tecnológico de la sociedad del conocimiento convierte al «aprendizaje durante toda la vida» en un imperativo de supervivencia. (Assman 2002, p. 03).

Lo anterior hace referencia a una necesidad que descubrimos durante el proyecto, en relación con la virtualidad y el contexto que nos atraviesa. Mantenernos en un estado de aprendizaje, favorece directamente la construcción de relaciones intermediales entre los conocimientos y las personas involucradas.

La virtualidad nos ha enseñado que no siempre se sabe suficiente y que siempre debemos estar dispuestas a cambiar, modificar, actualizar y transformar nuestras formas de enseñar y de aprender.



Para la mediadora la virtualidad y la pandemia recalcan todavía más la necesidad de ser siempre una eterna aprendiz, colocarse desde esa posición de constante prueba y error, de aceptar que no todo se sabe pero sí se construye.

Durante el taller, la virtualidad fue un eje circunstancial que atravesó todas las experiencias, marcó la forma en la que los contenidos fueron abordados y marcó la relación de las estudiantes con el conocimiento, pues promueve un estado de independencia total y una necesidad de interés propio.

Muchas de las chicas que iniciaron el taller no continuaron debido a diversas situaciones personales en relación con la virtualidad y la presencialidad remota, como por ejemplo, no tener espacio suficiente en la casa para sentirse cómodas para moverse, no contar con un internet estable, sobrellevar demasiada carga escolar virtual, desertar la idea de poder entender o aprender sobre el cuerpo a través de una computadora etc. En el taller nunca fue una obligación permanecer, si no hay interés o posibilidades para hacerlo.

Las herramientas indispensables para el desarrollo virtual de esta práctica fueron: el uso de material visual de apoyo para abarcar y ver los contenidos, el trazo propio de los huesos, la improvisación, el análisis de movimiento y el uso de la palabra. Todos los ejercicios físicos fueron basados en ese material de apoyo visual teórico, esto quiere decir que siempre en la clase (antes durante o después, según las necesidades de cada sesión), había un momento para estudiar los contenidos de la clase desde videos, material didáctico o diapositivas.

Conforme se iba dando el taller aparecieron necesidades y descubrimientos del espacio virtual en relación con la ética y los valores que definen los procesos pedagógicos como por ejemplo: la necesidad de ser realmente sinceras con lo que sentimos y con lo que entendemos en los círculos de diálogo, descubrimos que el espacio virtual también necesita un orden y una estructura, necesita atención, necesita que seamos lo más detallistas posibles con nuestros inicios y finales.

La importancia de la palabra se desprende de esa necesidad de ser lo más claras y directas posibles, para poder generar las correctas sensaciones en nuestros cuerpos.

De parte de la mediadora es importante destacar la importancia de compartir los conocimientos pensando previamente en lo que se va a decir/hacer, la utilidad de un mapa de ruta de lo que se va a explicar y la necesidad de que la mediadora entienda y pase por su cuerpo lo planeado para la clase, todo esto responde a la importancia de ser muy específicos con las sensaciones correctas en los cuerpos. Al otro lado de la pantalla no hay tacto ni visión detallada, que ayuden a llegar más cerca de lo que la virtualidad permite.

Interés, verdadera disciplina.

Después de la primera evaluación surge la pregunta ¿Cómo desarrollar compromiso sin obligar a nadie? ¿Cómo generar más mecanismos de diálogo?

Escuchar al grupo y cambiar de métodos y herramientas para la enseñanza, beneficia el estado de interés y de participación de todas las personas involucradas, se trata de crear espacios de confianza, crear espacio para compartir saberes, promover el respeto hacia la diversidad, cambiar la dinámica de la clase, el tema y las manifestaciones de los contenidos, nos mantuvo alertas y presentes en el aprendizaje

Todo esto toma más fuerza e importancia en el medio virtual, pues el distanciamiento social nos obliga a acercarnos desde otras formas y a generar esa chispa de interés por lo propio, lo autónomo y lo independiente y al mismo tiempo lo colectivo. Es que también el discurso pedagógico, al entenderse como discurso artístico, trastoca las normas, los procedimientos y las metas, resucitando la pasión por el autoconocimiento y el pensamiento crítico que la educación de la reproducción nos arrebatara.

Para lograr generar esa primera conexión con el interés propio, comenzamos parafraseando al pedagogo (Alexander Neill 1960) quien dice que “ La verdadera disciplina es el interés”.

Así que partimos de las necesidades propias de las atletas, las escuchamos, esto como primera acción generadora de relaciones y pensamientos críticos, basándonos en lo que a ellas le interesaba generar con este taller.

También analizamos la frase de Lucas Condro “el modo en el que yo me relacione con el material, tendrá la medida exacta de lo que yo pueda entender de él” (Lucas Condro, 2016. p22), lo relacionamos con esa responsabilidad y autonomía del aprendizaje, y reafirmamos la importancia de hacernos conscientes de la importancia del interés, esto aún más trabajando desde una pantalla.

Fases y Tecnologías corporales

Como mencionamos en la presentación de esta sistematización, existe un elemento transversal, que más allá de ser un referente teórico se convirtió en un acompañante referencial para esta práctica pedagógica, hablamos de las tecnologías corporales.

Este término nos permitió mudarnos del concepto de “técnicas de danza”, hacia un enfoque técnico-constructivo, con el fin de dar cuenta del movimiento humano y para la comprensión del mismo.

Para este proyecto, este concepto amplía el horizonte del movimiento, uniéndolo a referencias elementales tales como el análisis de movimiento, la historia, la kinesiología, la antropología, la dimensión sensorial- motriz y la filosofía del cuerpo, integrando todos estos aspectos en el término: Tecnologías Corporales.

Las tecnologías corporales ayudaron a fundamentar las fases que componen la práctica pedagógica, partiendo de los aspectos puntuales del análisis de movimiento desde un enfoque interdisciplinario que busca lo mismo: ampliar el concepto de movimiento, pero en este caso, a favor de la expresividad.

Cuerpo.

Cabe destacar que para esta práctica pedagógica, partir la construcción del cuerpo desde un enfoque somático ayudó a las personas a lograr la integración y la transformación de sí mismas (auto - conocimiento) a través del movimiento y de determinadas prácticas de sensibilización.

Por un lado, la perspectiva somática según (Barragan Olarte 2007) nos brinda dos tipos de dirección metodológica para estudiar al cuerpo: el carácter abstracto (explicar los contenidos a través de imágenes), o de carácter real (partiendo del lenguaje anatómico y del análisis de movimiento).

Ambas direcciones fueron consideradas en el taller como herramientas importantes para el abordaje de los contenidos del cuerpo y la comprensión participativa de los mismos. Todo esto teniendo en cuenta la experiencia subjetiva del aprendizaje, cada persona recibe la dirección y responde a ella de manera única.

La perspectiva somática es un viaje permanente de experiencia hacia el territorio vivo y cambiante del cuerpo. Quien explora es la mente –nuestros pensamientos, sentimientos, energía, alma y espíritu–. A través de este viaje podemos entender cómo la mente se expresa mediante el cuerpo en movimiento. (Barragan Olarte, 2007. p.199-121).

El cuerpo es una herramienta fundamental para las disciplinas en estudio, hacer consciente el mecanismo en el que el cuerpo se construye, es ser responsables sobre el bienestar y la longevidad del mismo.




El verdadero reto estuvo en identificar las conexiones directas del cuerpo en relación con la expresividad y la técnica deportiva de la natación artística, ahí encontramos huesos “madres” que biomecánicamente son generadores de los movimientos de remadas y patadas. Al estudiar al esqueleto desde la perspectiva somática, lo delimitamos como la estructura que nos ayuda a definir el movimiento.

Estudiamos los principales movimientos “base” de la técnica de natación artística y definimos el movimiento a partir de los huesos, clasificándolos de la siguiente forma:

1- remadas (torpedo, standar, soporte, escuadra, giratoria): parten de la articulación escapulohumeral.

2- patadas (batidora, mariposa, libre, dorso y pecho): articulación femoroacetabular.

Esta información para las atletas fue de verdadera importancia para la prevención de lesiones, ya que muchas de ellas ignoraban el origen de estas acciones corporales, con las que diariamente se enfrentan.



Para el taller abordar el cuerpo desde la perspectiva somática, involucra un valor de auto conocimiento y emancipación (Feldenkrais 1972) dice: “cuando sabes lo que estás haciendo, puedes hacer lo que quieres hacer.”

En esta parte del taller la esencia del estudio del cuerpo se reduce al “¿por qué?” y al “¿cómo?”, al hecho que motiva la iniciación del movimiento. Para este fin, y según lo expuesto anteriormente, la educación somática sirve como base sobre la cual fundamentar el análisis.

Es mucho más simple generar cambios en el cuerpo pensando en los huesos más que en los músculos. Cuando uno reacomoda el mobiliario de los huesos, los músculos cambiarán con ellos. Cuando creamos espacio entre las costillas, estamos creando espacio para los órganos contenidos en la caja torácica y la respiración será más fácil. De la misma manera, al crear espacio entre las vértebras, creamos espacio para el sistema nervioso. (Barragán Olarte 2007 p.124).

Para nosotras estudiar los huesos ayudó a delimitar la dirección y el propósito del movimiento, beneficiando así de manera directa a la expresividad y convirtiendo a las técnicas somáticas en un aspecto fundamental para acompañar ese enfoque técnico- constructivo que envolvió al taller.

El espacio


Esta fase fue abordada desde la visión del análisis de movimiento de Laban (1998) esto nos ayudó a definir los diversos ejes, planos y direcciones que puede

crear el cuerpo en el espacio. “La única propiedad distintiva y comunicativa de la danza es la propiedad kinestésica, que no transmite conceptos sino sensaciones a través del espacio” (Hilda islas, 1995. p.60-62).

Incluimos algunas visiones de la arquitectura del espacio que se construye y se deconstruye en el presente efímero del movimiento danzado. Denominamos al movimiento como creador del espacio.

Desde la danza se nos aporta una perspectiva arquitectónica del movimiento, y dice que el movimiento está construyendo y al mismo tiempo destruyendo el espacio durante el presente creador y coloca al movimiento como un verdadero protagonista y creador del espacio real, que es también el espacio imaginado. El espacio no existe, lo creamos nosotros. (Sampedro Molinuevo, Botana Martín-Abril. 2010. p. 101).

“Desde el análisis de movimiento exponen que en el movimiento del cuerpo, en el espacio, existen una multitud de direcciones y afirman que a través de nuestro cuerpo tomamos conciencia de los movimientos circulares del universo y de los ritmos poligonales de estos” (Carrasco, AMV 2012 p., 30-35.) Para nosotras fue una verdadera herramienta expresiva, conocer sobre el espacio, conocer sobre cómo podemos movernos en él lo más claro posible, y lo importante que es hacernos conscientes de su existencia para definir nuestros movimientos.



También realizamos un acompañamiento teórico desde la visión interna y poética del cuerpo que se plantea en la poética del espacio de Ramón Griffero (2001) que dice que:

En la poética del espacio intervienen el cuerpo, el gesto, los sonidos, la música, la luz, los objetos, los elementos escenográficos, la construcción de lugares, tiempos y el uso de los planos y composiciones. El espacio se lee, genera ideas y emociones. Un cuerpo en un lugar, un objeto en otro plano, una música, una gotera, gansos que corren por el espacio, etc. etc., van constituyendo la poética del espacio elaborada para una obra artística. (Rocío Fumec, cuestionario a Ramon Griffero 2001, p. 76).

Nos habla de la poética del espacio también, como una necesidad de encontrar ese espacio que es propio (cuerpo) con lugares para recorrer y formas para crear, un espacio que se mueve dentro de otro espacio.

Un evento importante en el desarrollo de la fase espacio del taller, fue conceptualizar a la piscina como espacio escénico y fue (Rulli Bernhardt 2018), quien aportó desde la dramaturgia del espacio ese concepto de dimensión poética y construcción de sentido relacionado con el espacio escénico y significante que se puede convertir en la piscina. Agregamos también, la perspectiva teatral que construye una dramaturgia de significados espaciales que benefician al significado de la piscina como espacio escénico y comunicador.

Esfuerzos y acciones creadoras

Los esfuerzos determinan el movimiento según Islas (1995) a través de su relación con la gravedad (peso) su relación con el la velocidad (tiempo), su relación con la mirada (espacio) y la relación con la continuidad, la textura y la fluidez (flujo). Para nosotras estos esfuerzos también determinan la forma de expresarnos, y la forma de expresarnos también se relaciona directamente con la forma en la que pensamos, sentimos y percibimos el mundo.

En esta fase del taller, las acciones creadoras se definen como ese proceso de emancipación expresiva en la que aprendemos a usar todo el conocimiento adquirido para la creación de un material expresivo. Los esfuerzos también determinan esas acciones creadoras pues nos ayudaron a caracterizar, a nombrar y a terminar de describir cómo es que nos gusta movernos.

En esta parte del taller el goce, se vuelca al cuerpo y al movimiento, como una herramienta de liberación, de emancipación expresiva. Y fue necesario estudiar lo que dice Néstor Braunstein (1990) sobre el concepto de goce⁷ que introduce también el filósofo Lacan en sus primeros textos psicoanalíticos.

⁷Hasta entonces encontramos al goce como equivalente al júbilo y al júbilo encontrando su paradigma en el reconocimiento en el espejo de la imagen unificada de sí mismo, del moi (aha Erlebnis). Luego llega el goce en el advenimiento al símbolo (fort-da) que permite un primer nivel de autonomía frente a los apremios de la vida. Referencia al goce.(néstor braunstein, 2006. p. 17)

En el taller partimos del goce del cuerpo y del goce del movimiento para poder definir nuestro propio lenguaje expresivo, a través del estudio del cuerpo, del espacio y de los esfuerzos que modifican al movimiento según el análisis del mismo. Esta acción se convirtió en una acción creadora en el taller, pues más adelante será utilizada como material creativo para la construcción de una presentación final de lo aprendido. Fue un momento de experimentar, de seguir bailando para entender lo que queríamos/sentíamos, ya para esta parte del taller había una sensación de que el taller se volvía más fluido, pues habíamos ya creado diversas formas de comunicarnos expresarnos y relacionarnos a través de la pantalla, del cuerpo, del movimiento y de la expresividad.

Experimentar los esfuerzos uno por uno y con músicas que acompañan esas sensaciones fue fundamental para la comprensión de este material teórico-práctico, a través de ellos pudimos ver cómo el cuerpo puede editarse con el movimiento para expresar diversas cosas.

Estudiar los esfuerzos tanto como al cuerpo y al espacio, es importante para el medio virtual pues nos ayudan a terminar de aclarar cómo y dónde quiero moverme y cómo y dónde deben moverse las demás con respecto a las fases de movimiento creadas.

En esta etapa del taller para nosotras fue evidente la necesidad de recuperar el placer de aprender como calidad de vida, el placer de aprender de lo múltiple y de lo diverso, de errar y de destruir para poder construir cosas nuevas. “Si partimos de que cada proyecto es único, comprenderemos porque el proceso de producción, se diseña dependiendo de la disciplina artística de las características particulares que implica”. (De León, 2015, p.131).

Sobre la mediación pedagógica

Es importante aclarar que nada hubiese sido posible sin la ternura como el pilar de las cosas. ¿Cuál es el secreto? La ternura, como ingrediente aglutinador del proceso educativo. Es por eso que el cariño es la más elocuente de todas las gramáticas. (Chávez Rodríguez, Turner Martí, Pita Céspedes, 2002, p.10).

En este proyecto la ternura es la revolución de las ideas y de los conocimientos, un símbolo de resistencia para el mundo en el que vivimos, un posicionamiento político, una herramienta para llegar más profundo al corazón de las personas.

Se convirtió en un valor realmente importante para la construcción de nuevas formas de enseñar, de aprender, de nadar y de bailar. “Siendo tiernos, elaboramos la ternura que nosotros mismos hemos de gozar- Y sin pan se vive- Sin amor ¡No?” (Jose Marti, 1980.)

Para esta sistematización, la educación debe preocuparse por propiciar ecologías cognitivas que faciliten experiencias de aprendizaje y posibiliten según (Assman 2002 p.03) la competencia de cada persona y de la sociedad misma.

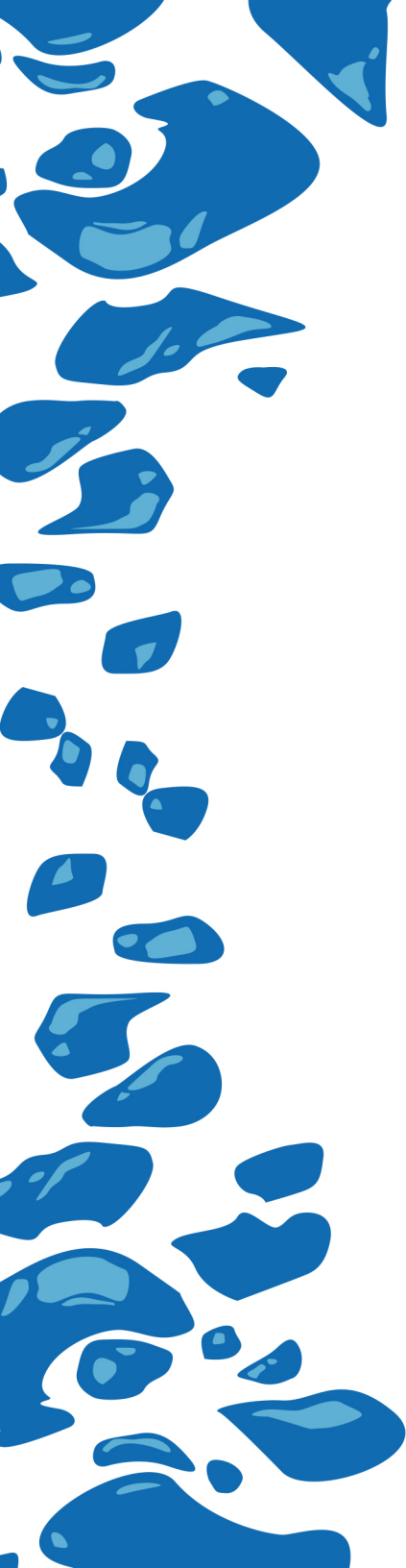
En relación con el arte, es preciso resaltar su potencial pedagógico en función de la posibilidad que ofrece para liberar la energía creativa del individuo, de plasmar la propia percepción del mundo en torno a una determinada concepción estética, de permitir expresarse creativamente, interpretando la realidad de forma simbólica y en definitiva de conocer el mundo que nos rodea.



Para nosotras es importante migrar de la idea de la reproducción como medio de aprendizaje en la danza, creemos que al entrenar el cuerpo-mente en una clase de danza, se está haciendo un gran cambio de conciencia en bailarines y maestros. De esta manera se disminuye la enseñanza super-autoritaria común en la educación de la danza. Dime y olvidaré; Explícame y trataré de entender; Muéstrame y tal vez recuerde; Involúcrame y aprenderé.” (De Indígenas Dakota, Siglo XVIII)



CAPÍTULO III. ESTRATEGIA DE COMUNICACIÓN.



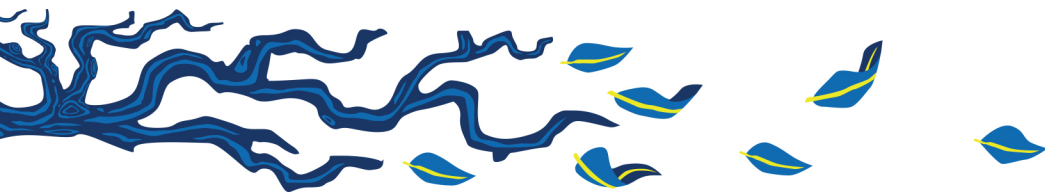
En este capítulo se presenta la estrategia de comunicación que consiste en un dispositivo audiovisual llamado “Ondinas”. Un video danza realizado a partir de la experiencia generada en el taller. Dicho video está dirigido a la socialización basado en el hecho de compartir este trabajo creativo y pedagógico con todas las personas que deseen verlo. Está basado en la idea mitológica de “las Ondinas”; es un término que aparece en los textos alquímicos de Paracelso, se deriva de la palabra latina unda, que significa "onda". Las ondinas son invariablemente representadas como mujeres, lo que es consistente con la antigua idea de que el agua es un elemento femenino. La forma humana del agua.



Ondinas proyecto creativo del proceso pedagógico “Cuerpos Expresivos”.

sinopsis:

A nosotras, que somos tus móviles e inestables criaturas, háblanos en medio de las grandes conmociones del mar; háblanos en el murmullo de las aguas límpidas y ansiaremos tu amor. ¡Oh, Inmensidad, en la cual van a perderse todos los ríos del ser, que incesantemente renacen en ti!.... ¡Agua de las perfecciones infinitas!



Ficha técnica

Directora Artística y dramaturgia: Kristina Quirós

Vestuario: Victoria Chaves.

Creadoras intérpretes: N’hara Calvo, Raquel Zúñiga, María Paz Castro López, Ambar García Cervantes, Andrea Maroto, Anna Mitinian, Priscilla Barboza, Irene Barquero, Sofía Iturrino, Valeria Lizano, Jimena Lizano María Paula Alfaro.

Música: José Romero.

Cámara y edición: Antonella Ross.

Asistente de cámara y dirección: Mario Vircha

Dramaturgia basada en las fases de la propuesta pedagógica: Cuerpos Expresivos.



IV CAPÍTULO. CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES

Desarma, arma y rearma

Presentamos este último capítulo como, el enclave de las ideas, el regreso al átomo de la esencia, la metáfora del siguiente inicio. Es necesario ir de nuevo a los aspectos a los que nos circunscribimos en esta sistematización: el objetivo, objeto y eje.

Para alcanzar una mejor comprensión de la conclusión de este proceso, decidimos categorizar algunas reflexiones con respecto a aspectos y a varios temas que hemos analizado anteriormente.

Danza y natación artística, en relación con el enfoque interdisciplinario.

Abrir la danza a otras disciplinas crea efectos rebote constantes en ambos lados involucrados. En esta sistematización, exploramos en uno de ellos partiendo de la danza hacia la natación artística, pero existen muchas posibilidades de afectar a la natación artística desde la danza y también de afectar a la danza desde la natación artística.

En relación con este tema, es importante decir que el ser humano tiene la capacidad de vivir en simbiosis⁸, y que esta constante conversación permite el surgimiento de nuevos sistemas de vida.

En este caso podemos ver de qué manera la danza ha beneficiado directamente al deporte desde muchos lugares, no solo "técnicos" sino también reflexivos. Creemos que esta simbiosis también nos ha permitido, descubrir nuevas rutas para investigar con respecto al arte y a su beneficio en el deporte y también de manera recíproca.

De esta forma concluimos que esta sistematización realizada desde la práctica pedagógica dancística, abrió canales importantes para el conocimiento de las capacidades expresivas de las nadadoras, las cuales lograron alcanzar una conexión profunda en relación con la creatividad.

El haber asumido la práctica pedagógica y el proceso de sistematización desde el diálogo entre disciplinas, permitió llevar a la danza a espacios no tradicionales (como la natación artística) situación que brinda posibilidades de nuevos horizontes laborales para las personas profesionales de la danza.

Tecnologías corporales y herramientas expresivas.

Con respecto al abordaje de la expresividad desde las tecnologías corporales, rescatamos la posibilidad de movernos a partir de preguntas específicas, que nos permitan diversificar nuestras herramientas expresivas y alimentar nuestra capacidad de autoanálisis y creación propia.

Estas preguntas son coordinadas del movimiento, se derivan de las tecnologías corporales y fueron utilizadas durante el taller: ¿Qué partes del cuerpo se mueven? ¿Qué cantidad de energía muscular se utiliza y cómo modifica al movimiento? ¿En qué dirección se lanza el movimiento? ¿A qué velocidad se produce el movimiento? (tiempo, espacio, peso-energía).

⁸Asociación íntima de organismos de especies diferentes para beneficiarse mutuamente en su desarrollo vital..."ciertas bacterias viven en simbiosis en el intestino grueso del cuerpo humano". (Luko Hilje, 1984. p.57)

Estos cuestionamientos acompañaron de manera completa y profunda el desarrollo de las capacidades expresivas de las nadadoras brindándonos de esta forma herramientas de independencia y liberación, para la creación de lenguaje artístico y expresivo en el medio acuático y terrestre. “Desde este punto de vista, pueden analizarse desde los movimientos reiterativos de un niño que juega, hasta la más compleja pieza dancística en escena” (Hilda Islas, 1995, p. 236).

La idea de abordar desde este lugar la expresividad parte del hecho de no olvidar dos cosas: una, que los bailarines no somos los únicos que nos movemos y dos, que antes de hablar, aprendemos a movernos de ciertas maneras.

Finalmente pensamos que los sistemas de notación resuelven la posibilidad de registrar el movimiento y a la vez analizar de manera estructural los patrones ya registrados por el crecimiento y desarrollo del cuerpo humano, de esta forma influyen directamente en la expresividad.

El cuerpo es al movimiento como el movimiento es al cuerpo y a la expresividad. “No existe un código unificado aceptado de manera generalizada, como en el caso de la notación musical, que capture y centralice la historia de los esfuerzos, las modificaciones y las innovaciones en el devenir dancístico” (Hilda Islas, 1995, p.236).

Sin embargo, en este taller trabajamos para crear nuestra propia notación del movimiento, con el fin de que sea una ayuda para mantenernos dueñas de nuestra propia expresividad.

Sobre la mediación pedagógica y el valor del rizoma (Interdisciplinariedad).

Partir de la pedagogía de la ternura es una experiencia contrastante en relación con el discurso hegemónico deportivo y con las costumbres culturales del mundo en el que vivimos.

En el taller este enfoque pedagógico interdisciplinario y amoroso, nos permitió a las personas involucradas, comprometernos de una manera profunda con los contenidos del curso, y a su vez facilitó el proceso de creación del dispositivo audiovisual como un espacio de ilusión y de aprendizaje en colectividad.

Además cabe rescatar que ambas asociaciones deportivas son “rivales” en competencias y que nunca antes habían logrado desarrollar un proceso sanador y colectivo que las uniera como deportistas y personas. Esto último se logró también gracias a los aprendizajes obtenidos de estos enfoques pedagógicos.

Esta perspectiva beneficia directamente al proceso pedagógico, creando espacios de diálogos abiertos y nuevos rizomas que aportan a la investigación de la enseñanza de la danza como arte mismo.

Es importante recomendar a la interdisciplinariedad como una herramienta fundamental en el desarrollo profesional de las personas artistas, en el medio actual en el que nos desarrollamos, pues nos abre muchísimas perspectivas y posibilidades para madurar nuestra relación profesional.

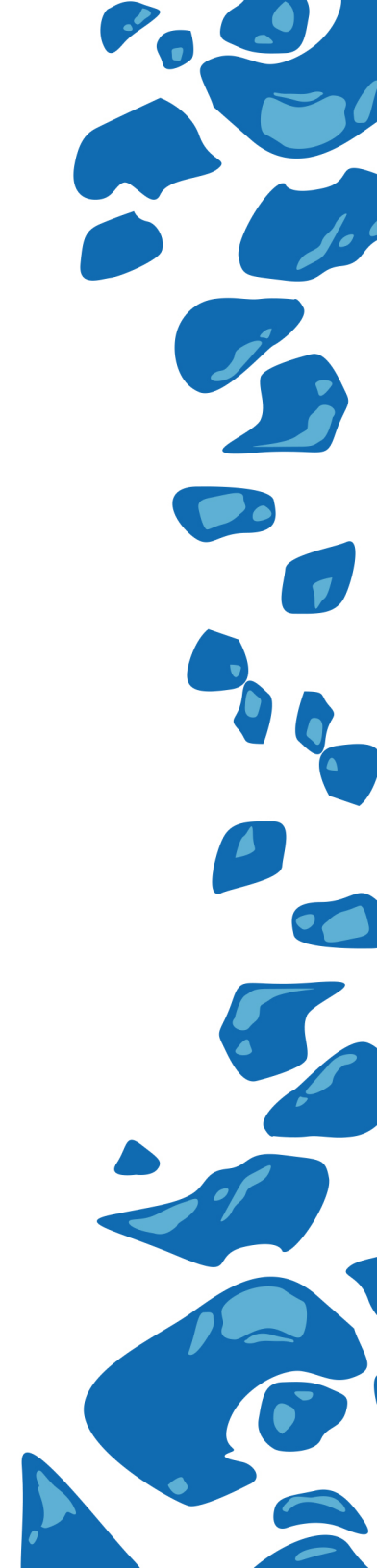
En el ámbito pedagógico cabe recalcar que la metodología participativa fue de una importancia real, pues permitió que el taller se diera, de una manera recíproca entre las personas involucradas, creando así, un conocimiento todavía más profundo sobre las tecnologías corporales en relación con la expresividad y la interpretación.

Recomendaciones

A manera de recomendación, este espacio de escritura; nos gustaría recordar la importancia de romper con la comodidad, de establecer espacios multidimensionales, de tener interacción con los cuerpos metafóricos de la danza y de la vida.

Rescatar también el hecho que como artistas, nuestro deber es dejar que los lenguajes nos contaminen, para crear nuevas formas de ver y de sentir la danza.

Partir de los propios ruidos y silencios es el camino más seguro y al mismo tiempo arriesgado y es casi un acto de guerrilla, sin embargo se convierte en una mina de oro para la investigación y el compartir de los rizomas generados, apegarse a sí mismos como acto generador de nuevas experiencias .





A partir de este Rizoma llamado Cuerpos Expresivos, pretendemos generar espacios nuevos donde puedan transitar nuevas personas, que deseen crear más camino para recorrer.

A manera de recomendación o sugerencia se propone con este trabajo, promover la realización de procesos de sistematización que permitan esparcir esta semilla creada en medio de la interdisciplinariedad, con el fin de que otras personas también puedan realizar sus propios descubrimientos en relación con este tema tan apasionante y casi por consecuencia, ayudar a que este deporte siga creciendo y tomando más fuerza en Costa Rica.

Tenemos que aprender a mirar cara a cara la realidad. Inventar, si es preciso, palabras nuevas e ideas nuevas para estas nuevas y extrañas realidades que nos han salido al paso. Pensar es el primer deber de la “inteligencia”. Y en ciertos casos, el inicio. (Octavio Paz, 1950, p. 207)

Con amor....

Kristina Quirós Salazar.

REFERENCIAS

Bartenieff, I. y Lewis. D. (1980). *Body movement: Copying with the Environment*. New York: Gordon and Breach Science Publishers.

Beatriz Quinchuela. (2010). *Estructura Somatotípica para la práctica del nado sincronizado*. Ecuador : Universidad Nacional de Chimborazo.

Barnet-López, S., Arbonés-García, M., Pérez-Testor, S. y Guerra-Balic., M. (2017). *Construcción del registro de observación para el análisis del movimiento fundamentado en la teoría de Laban. Pensar el movimiento: Revista de Ciencias del Ejercicio y la Salud*

Cuenca, N. M. C. (2010). *La interdisciplinariedad como enfoque para la construcción de competencias a nivel universitario*. *Didasc@ lia: Didáctica y Educación*, (2), 13-30.

Cardona, P. (2012). *La poética de la enseñanza: una experiencia*. México: INBA

Carrasco, AMV (2012). *Jaques Dalcroze y Rudolf von Laban: algunos datos sobre su concepción del movimiento*. Artseduca.

-Eugenio Barba , Nicola Savarese , Raúl Iza. (1990). *El Arte Secreto del Actor: Diccionario de Antropología Teatral*. Mexico: Librería y Editora “ Pórtico de la Ciudad de México”; Escenología, A. C..

- Elka Fediuk, Antonio Prieto Satambaugh. (2016). *Corporalidades Escénicas: Representaciones del cuerpo en el trato, la danza y el performance*. Veracruz, México.

Freire, Paulo (1993). *Cartas a quien pretende enseñar*. (Buenos Aires: Siglo XXI).

FINA (16 de julio 2016) *Federación Internacional de Natación Asociado*. Obtenido de modalidad Nado Sincronizado: http://www.fina.org/content/origins_0

González Monteagudo, J. (2001). *El paradigma interpretativo en la investigación social y educativa: nuevas respuestas para viejos interrogantes*. *Cuestiones pedagógicas*.

Hugo Assman . (2002). *Placer y ternura en la educación* . Madrid: NARCEA, S. A. DE EDICIONES.

Henao-Villa. C, García-Arang. D, Aguirre- Mesa. E, González-García. A, Bracho-Aconcha. R, Solorzano Movilla. J, Arboleda Lopez, A. (2017) *Multidisciplinariedad, interdisciplinariedad y transdisciplinariedad en la formación para la investigación en ingeniería*. *Revista Lasallista de investigación*.

Islas, H. (1995). *Tecnologías corporales: danza, cuerpo e historia*. México, D.F.: CenidiDanza/INBA
Jorge Dubatti . (2011). *Introducción a los Estudios Teatrales*. México: librosdegodot.

Jaques Lecoq. (1997). *El cuerpo poético. Una pedagogía de la creación teatral*. . España: Alba Editorial s.l.u.

Manual de Federación Cubana de Nado Sincronizado, “Editorial Normad de Selección de Nado Sincronizado y Centro de Alto Rendimiento”



Olarte, R. B. (2007). EL ETERNO APRENDIZAJE DEL SOMA. cuadernos de música, artes.

Antonio Prieto Satambaugh. (2016). Corporalidades Escénicas: Representaciones del cuerpo en el trato, la danza y el performance. Veracruz, México.

Jaques Lecoq. (1997). El cuerpo poético. Una pedagogía de la creación teatral España: Alba Editorial s.l.u.

Manual de Federación Cubana de Nado Sincronizado, "Editorial Normas de Selección de Nado Sincronizado y Centro de Alto Rendimiento"

Nestor. Braustein (2006) El goce un concepto lacaniano. Siglo veintiuno editores. Centro de investigaciones y estudios superiores en antropología social. Unidad Pacífico Sur biblioteca.

Javier Molinuevo, Marta Martín-Abril (2010) Danza, arquitectura del movimiento. Apuntes. Educación Física y Deportes 2010, N.º 101.

Isabel M. Cuenca. (2009) Optimización en procesos cognitivos y su repercusión en el aprendizaje de la danza. DEPARTAMENT DE PSICOLOGÍA EVOLUTIVA y DE LA EDUCACIÓN

Gaston Bachelard (1957) La poética del espacio. Fondo de cultura económica México- Argentina- Brasil- Colombia- Chile- España- Estados Unidos de América- Perú - Venezuela.

Agustí Ros (2010) Laban Movement Analysis (Una herramienta para la teoría y la práctica del movimiento). Estudis Escènics, no 35.

Gilles deleuze & Félix Guattari (1977) RIZOMA (Introducción). Ediciones El Cagadero del Diablo

Jorge E. Martínez (2013) El dispositivo: una grilla de análisis en la visibilización de las subjetividades. Universidad de la Salle, Colombia jmartinezp2@gmail.com

*Fernando Savater (1997) El valor de educar. Editorial Ariel, S. A. Córcega, 270 - 08008 Barcelona
Michael Foucault (1966) Las palabras y las cosas. Siglo veintiuno editores Argentina.*



REVISIONES FILOLÓGICAS.

Heredia Costa Rica, noviembre de 2020.

UNIVERSIDAD NACIONAL

UNA.

CENTRO DE INVESTIGACIÓN, DOCENCIA
Y EXTENSIÓN ARTÍSTICA.

ESCUELA DE DANZA.

Por medio de la presente declaro que he leído, revisado y corregido la *Sistematización de la práctica pedagógica "Cuerpos Expresivos"* para optar por el grado de *Maestría en Danza con énfasis en Formación Dancística*. Tesis con fecha de defensa del 02 de diciembre de 2020 bajo la tutoría de Msc Guiselle Román López y perteneciente a la estudiante: Kristina Quirós Salazar con cédula 116370728 e identificación universitaria # 143435.

El texto fue corregido en términos de estilo y coherencia eliminando errores de sintaxis, vicios de lenguaje y faltas ortográficas.

Como filóloga doy mi aval al trabajo escrito ya que el texto es legible, claro y adecuado en su forma y estilo. Lingüísticamente es apto y apropiado para los fines requeridos.

Agradeciendo su valiosa atención:

Yóbeth Cabalceta Cortés

Filóloga

Código 12710.

Correo electrónico:

yclluvia@gmail.com

Yóbeth Cabalceta
Filóloga UNA
Código 012710

PUNTUACIÓN, REDACCIÓN Y COHERENCIA.

