

Actividades complementarias “Prima Natura”

1. TALLER DE DANZA CONTEMPORÁNEA Y CREACIÓN

El taller de danza contemporánea y creación se plantea con dos posibilidades, un taller de 3 días de duración con un total de 9 horas más una muestra final, o un taller de dos horas de duración realizado en un día. En ambos casos la metodología y los objetivos son los que se desarrollan a continuación. Será impartido por Violeta Borrueal, y está pensado para ser realizado por personas sin necesidad de tener experiencia previa en danza.

El taller se basa en la exploración del movimiento a través de la improvisación como herramienta para la creación y composición, ya que la improvisación es un camino directo a la composición que estimula la imaginación y la exploración del mundo interno y externo a través del sistema sensorial. Improvisar es construir, estar en el presente, se basa en la escucha y la posibilidad de jugar y crear con los movimientos y los estímulos que tenemos en cada momento.

En este taller se plantea un acercamiento a la danza desde el disfrute, en el que el grupo tendrá un papel fundamental para generar cuerpos-mentes disponibles al movimiento. A partir de diferentes pautas y herramientas construiremos un lenguaje intuitivo y continuo desde el placer y el juego, creando una danza que vive siempre en el presente.

Cada artista, cada improvisador/a, es único/a. Su universo interior, su forma de relacionarse con el mundo que le rodea, su historia personal, sus posibilidades y limitaciones, su momento actual... Todo esto conduce a una danza personal e intransferible que está en continuo cambio.



Las pautas para desarrollar este taller están basadas en los conceptos que desea transmitir “Prima Natura” y en cómo cada participante los interpreta. Nos plantearemos ¿qué queremos transmitir? ¿Por qué? ¿A quién?

Al comienzo de cada sesión reflexionaremos y debatiremos sobre los conceptos de la obra... con el fin de extraer los conceptos, sentimientos y sensaciones que a cada persona le transmite esta historia y que servirán como base para la improvisación (y la creación de la coreografía final en el caso del taller de 9 horas).

Las sesiones del taller de danza se han dividido en tres partes:

1) En primer lugar realizaremos un calentamiento físico y social, y exploramos diferentes conceptos de las técnicas de danza contemporánea. Para ello desarrollaremos los siguientes puntos:

- Tomaremos conciencia de nosotros/as mismos/as y nuestro cuerpo, de la estructura del cuerpo en movimiento y de las leyes físicas que lo rigen (gravedad, suspensión, inercia...).
- Exploraremos nuevas formas de relacionarnos con el espacio.
- Despertaremos el contacto físico (piel, músculo, hueso).
- Trabajaremos la escucha (interna y colectiva) y entrenaremos la confianza en el momento presente en el que bailamos.
- Viviremos el contacto y la relación con el otro e indagaremos en las posibilidades del contrapeso.



2) Posteriormente, a partir de diferentes pautas, una escucha atenta y la consciencia del momento presente, comenzaremos la improvisación y la creación colectiva en un plano de igualdad. Las pautas de la improvisación estarán enfocadas a desarrollar los conceptos debatidos al inicio del taller y que queramos transmitir en la obra de danza.

Para ello se facilitará un ambiente en el que el/la improvisador/a pueda escucharse y conectarse consigo mismo/a: con lo que siente, con sus sensaciones, con sus imágenes... en definitiva, con lo que le habita, con su mundo interior. El objetivo es buscar un estado corporal de mayor vitalidad y consciencia en el que fluya la energía y circule la creatividad de una manera natural. Fluir con lo que aparece y que, al mismo tiempo, está en continuo cambio.

A su vez, trabajaremos desde el aquí y el ahora, poniendo la atención en la persona y en lo que le rodea: las personas que le acompañan en el viaje de movimiento, el espacio/tiempo en el que está situada la danza... Creándose una danza que es fruto del diálogo de cada bailarín/a con su entorno. Surgiendo así una composición efímera que nace y muere en ese preciso momento.

3) Fijaremos parte del material que hayamos trabajado durante la sesión con el fin de ir componiendo la creación final que se mostrará al público.



Objetivos

- Acercar el arte a todos los públicos.
- Dar a conocer otros lenguajes de expresión, concretamente el de la danza contemporánea.
- Hacer partícipes a las personas voluntarias de un proceso de creación.
- Contribuir a crear un espacio de reflexión sobre el hecho escénico.
- Preparar el cuerpo para el movimiento, y aumentar la consciencia corporal.
- Introducir la danza contemporánea focalizada en la improvisación y composición.
- Ofrecer herramientas y estímulos que faciliten la improvisación.
- Ampliar el repertorio de movimiento a partir de sencillos movimientos y series coreográficas.
- Relajar y activar potenciando la presencia corporal, el estar presente.
- Desarrollar la apertura y la capacidad de escucha (del adentro y del afuera).
- Jugar con el movimiento y los compañeros/as para abordar la danza desde el placer.
- Estudiar el cuerpo en movimiento y los estímulos motivadores.
- Experimentar las calidades de movimiento y sus transiciones.
- Combinar los distintos elementos: energía (intensidad), espacio (direccionalidad) y tiempo (velocidad), aplicados a secuencias improvisadas.
- Entrenar la improvisación y la composición.

Metodología

- Ejercicios de danza contemporánea, danza *contact improvisation* y consciencia corporal en los que será prioritario el desarrollo de un movimiento natural y personal.
- Improvisación y creación con diferentes pautas que cada persona puede interpretar libremente dentro de unas normas de composición que limitan y al mismo tiempo, encuadran y estimulan el proceso de creación.
- Creación a partir del material desarrollado en las improvisaciones.

Experiencias previas en la impartición de talleres.

Se han realizado talleres de danza contemporánea y creación similares al aquí propuesto dirigido a diferentes públicos: infantil, realizado en colegios dirigidos a cursos entre primero y sexto de primaria, jóvenes y adultos sin experiencia previa y semiprofesional.

Todos ellos tuvieron muy buena acogida entre las participantes, y cree que fue una experiencia muy enriquecedora a distintos niveles. En concreto me centro en el taller

realizado con personas jóvenes y adultas sin experiencia previa porque considero que es un público similar al que se propone en la presente propuesta.

Dicho taller se realizó en un pueblo de la provincia de Huesca llamado Graus, con participantes con una edad comprendida entre los 13 y los 68 años, algunas de ellas con experiencia previa en danza clásica, una persona en teatro y la mayoría sin experiencia en ningún tipo de danza o arte escénica.

Considero que fue una experiencia muy positiva por diversas razones: porque se dio a conocer la danza contemporánea y disfrutaron con ella.

Consiguieron expresarse con el cuerpo, y aunque algunas de ellas al principio estaban un poco cohibidas, sobre todo las adolescentes, posteriormente lograron soltarse y mantener un contacto físico natural con las demás participantes. Este hecho considero que es importante, sobre todo en dicha edad, ya que muchas veces resulta difícil aceptar el propio cuerpo.

Se creó una buena relación de compañerismo entre las diferentes edades. En las primeras clases solían agruparse por edades, ya que a pesar de ser del mismo pueblo no tenían relación entre ellas, pero al final del taller este hecho no ocurría. Por lo que considero que el taller también es una buena herramienta de relación intergeneracional y humana.

Con la muestra final ante el público quedaron muy satisfechas y contentas, lo que considero que es uno de los objetivos principales, disfrutar con la danza.



2. COLOQUIO

La segunda actividad que se puede realizar es un coloquio al finalizar la representación con el público, con el fin de crear un diálogo activo.

Al mismo tiempo se comentará cómo se ha abordado el proceso de creación de la obra y cómo se ha plasmado dicha historia y estudio antropológico a través de la danza contemporánea, con el fin de acercar los nuevos lenguajes de creación a todos los públicos.

Con este coloquio también se intentará resolver cualquier duda o curiosidad que quieran plantearnos sobre la obra y los procesos de creación en la danza contemporánea.



Las imágenes mostradas en el dossier son de diferentes talleres realizados.