

EmásF

Revista Digital de Educación Física

ISSN: 1989-8304 Depósito legal: J 864-2009

REFLEXIONES COMPARTIDAS

Mayi Chambeaud Helguera

Profesora de Danza y Expresión Corporal (Argentina)

Email: mayic5@yahoo.es

RESUMEN

El acto de reflexionar para mí es como pintar un cuadro. Dar sentido casi filosófico a un instante, una circunstancia, un ciclo y, porque no, a la vida que transcurre. La reflexión, como componente de la tarea docente, es ver la construcción y el afianzamiento que ayuda a ubicar claramente la RESPONSABILIDAD que se tiene de la autoría en la estimulación y la inspiración que se trasmite.

PALABRAS CLAVE:

Expresión corporal, reflexión, metodología personalizada.

Fecha de recepción: 21/2/2012

Fecha de aceptación: 29/2/2012

Escribir sobre mi actividad docente. Contar a quien lea mi aquí y ahora. Un comunicarme conmigo misma.

¿Qué pretendo hacer en mis clases?

Estimular, mover, inspirar en los alumnos sus propias SENSACIONES moviendo las mías.

¿Por qué esta elección?

Lo más importante para mi persona es SENTIR.

Sentir es la parte de mi esencia más destacada, es la presencia primera que abre y conecta todos mis mundos. Parto de esta realidad para teñir mi tarea docente.

Con ello afirmo mi ESTAR.

¿Cómo lo hago?

Utilizando y practicando la Expresión Corporal – Técnica – que me brinda medios, afinación, dominio y método para enriquecer primero mi propia expresión y segundo, traspasar así, con convencimiento y pasión, estas experiencias a mi tarea de estimulación verbal, musical, visual e imaginativa de las clases, logrando así con mi creatividad, ambientaciones y climas adecuados para el desarrollo del movimiento expresivo y creativo de los alumnos y el grupo.

La práctica en mi misma, involucrando en totalidad a mi persona (historia, edad, carácter, motivaciones, actitudes, elecciones, gustos culturales, creencias, experiencia, sueños, etc.) y mi resonancias (cambios, sorpresas, descubrimientos, errores, disfrutes, pruebas, repeticiones, variantes, riesgos, logros, no darme y darme cuenta, etc.) en definitiva, todos los estados de mi SER, están en función de mi persona y profesión.

SENTIR + ESTAR + SER

Esta es la fórmula que se transforma en un puente comunicativo entre los alumnos y yo. De mí hacia el grupo, del grupo hacia mí. Todo lo realizado se va metamorfoseando con la presencia, el compromiso y la participación de todos. La experiencia nos crece y nos enriquece.

SENTIMOS + ESTAMOS + SOMOS

¿Para qué?

Con la práctica de la Expresión Corporal crecemos como personas. Se abre una puerta desconocida, o se encuentra un camino nuevo, o se halla una óptica novedosa. Se conecta con la conciencia. Y con los temores o miedos a descubrir rasgos extraños de nosotros mismos, pero también con la posibilidad de la elección y el cambio. La investigación y la experimentación propia dentro de un grupo de

iguales, refuerza el propio conocerse conociendo a los demás. Y también sin buscar se encuentra la Belleza, la Armonía, la Tranquilidad y el Respeto. Y con ello nos abrimos a lo positivo. Desde lo positivo nuestro lenguaje corporal adquiere un sentido y un valor de comunicación claro, individualizado, socializado, rico en matices de dar y recibir y de escuchar y ser escuchado.

RESONANCIAS ESCRITAS DESPUES DE UNA CLASE DE EXPRESION CORPORAL

1) Escrita por **Salvador Martín**. Tema centralizador del encuentro: Una maleta llena de ropa.

*A veces un hombre es una maleta
A veces una maleta esta llena de cosas,
pero esta vacía.*

*A veces una maleta son las raíces de un
hombre, lo es todo, hay momentos que es
difícil distinguir al hombre de la maleta porque
parecen la misma cosa.*

*A veces la maleta aprisiona al hombre, es su pasado
y su presente, es su cordón umbilical con otro
tiempo.*

*A veces la maleta desborda al hombre y quiere
marcharse sin el; al hombre le faltan pies, manos,
cabeza para detenerla.*

*A veces una maleta es un mundo. A veces un
mundo es una maleta.*

*A veces una persona es una maleta cerrada.
A veces una maleta abierta son muchas personas
que buscan la misma cosa : una abertura, una
brecha, un agujero.*

*A veces una maleta abierta es un caos.
A veces un caos es un encuentro; es un encuentro de
una maleta abierta y una persona cerrada.*

*A veces un hombre es un hombre y una maleta es
una maleta y ambos se dan la mano y
caminan juntos.*

2) Escrita por Paqui García Reyes. Trabajo práctico de Expresión Corporal en subgrupos. Resultado de la observación por escrito:

. . . .Y los cuerpos hablan: "Hay fronteras que traspasar" "Hoy no me quiero levantar" "Dejadme a mi aire" "Busco respuestas"

la música penetra en los poros,

nariz, ojos, sabor

Los dedos acariciando las notas en el aire.

Desde sí

Para sí

Rotando sobre sus ejes

Pies que se deslizan

Caminando

Sin llegar a ninguna parte

Cabezas en las estrellas

Unas manos tendidas

Quieren alcanzarlas

Un escenario

Un universo

Cuatro seres moviéndose

en sus órbitas personales

son el todo y la nada

lo visible y lo imaginario

hacia adentro. . . .Muy lejos

arriba, abajo

un solo espacio

todos los espacios

Un eje

un hilo. . . invisible une y separa

un único y múltiple universo

Cada uno con su verdad

Revelada en acción

Haciendo crecer el universo de los otros

Invitando a buscar en sí

La fuerza que los anima y da Vida.