

GRADO SÉPTIMO – EDUCACIÓN ARTÍSTICA Y CULTURAL

TALLER # 5 - DOCENTE CLAUDIA MARIN

Continuación de la danza: El esquema corporal

Cada persona tiene una representación de su propio cuerpo, la cual hace a partir de sus vivencias. El esquema corporal ayuda a conocer las relaciones de nuestro cuerpo con el espacio, a establecer nociones de la propia imagen y a percibir la diferencia que existe entre una persona y otra. Entonces, el esquema corporal consiste en una toma de conciencia del cuerpo, que permite utilizar sus partes en un momento determinado; es por esto que varía de acuerdo con las distintas posiciones que adoptemos. Por ejemplo parado, acostado, estirado o contraído, en cuadrupedia, etc.

1. Dibuja 5 posiciones diferentes del cuerpo. Pueden ser en silueta
2. Describe algunas sensaciones internas que puedes percibir de tu cuerpo, por ejemplo, tu respiración, los latidos de tu corazón, algún dolor, sonido o movimiento.
3. Describe la sensación que percibes al acariciar un objeto suave, comparado con uno duro o áspero, olores, sabores, luz y oscuridad.
4. Establece qué partes de tu cuerpo intervienen en el anterior proceso.

Todas estas sensaciones que acabas de experimentar y la reflexión que hagas para comprender lo que tu propio cuerpo percibe y hace te ayudan a construir el esquema corporal. Este esquema es una intuición del cuerpo en estado de reposo o de movimiento. Es como una imagen de nuestro propio cuerpo, que nos facilita captar y comprender la manera como nos relacionamos con nosotros mismos, con el espacio de los objetos y de las personas que nos rodean. Las experiencias que ya has vivido (desplazarte, levantarte, saltar, manipular objetos, jugar con otros, etc.) te permiten disponer actualmente de ciertos hábitos motores con los que cuentas para tu interacción con el mundo. Al aprender danza puedes ampliar y potenciar el espectro de movimiento del cual dispones o, en otras palabras, actualizar tu esquema corporal. Es como aprender a comunicar y desenvolverte con un repertorio grande de palabras; si sabes pocas, tu expresión será pobre, si aprendes muchas y variadas, tendrás oportunidad de componer diferentes cosas, como cuando en Lenguaje haces un poema, un trabajo, una carta, un artículo para el periódico de tu colegio. Algo parecido ocurre con tus posibilidades motrices. (J. le Boulch, 1992) Como ves, tanto las sensaciones internas como las externas nos ayudan a entendernos a nosotros mismos dentro de esta casa grande que es el mundo. El tener consciencia de nuestro propio cuerpo y de sus posibilidades de movimiento es una herramienta útil para muchos aspectos de la vida como el juego, los deportes, el desarrollo de labores o la creación mediante el movimiento.

A continuación vas a observar los videos y realizar el ejercicio que proponen:

<https://www.youtube.com/watch?v=AjdXritOLwk>

https://www.youtube.com/watch?v=y8Dr6Oj7_ol

5. Describe y comenta la experiencia realizada con los videos