Datos de Contexto.

Red: de danza Énfasis (lote): Bailes populares Lote 5

Laboratorio de Creación (Grupo): Comuna: 9

Participantes (Comuna, Barrio, etc.): Comuna 9 _Barrio Ávila

Fecha: Agosto 22 Horario: 5:00-8:00 pm Lugar: Casa de la cultura Ávila

Artista Formador: LINA MARÍA VERGARA ISAZA

Observaciones proceso de exploración artística

Primera parte:

Iniciamos con un ejercicio de stretching o estiramiento para ejercitar la flexibilidad en los movimientos de las articulaciones y con ello aumentar la calidad de movimiento de las articulaciones y disminuir la tensión muscular. Durante el desarrollo de los estiramientos se les explicó a los participantes en qué consistían y los beneficios pese a su corta edad: mejora la flexibilidad; el tejido muscular; la postura corporal y en espacial para ellos que permanecen varías horas sentados.

Seguidamente llevamos a cabo un juego pre dancístico, con la música de la canción de Carlos Vives El caballito, con el propósito de introducir en la actividad un componente lúdico al baile y preparar el cuerpo y la mente para el ejercicio físico, luego de un estiramiento. A través de lo pre dancístico fomentamos la socialización y el trabajo en equipo. Hacemos un descanso corto.

Segunda parte: Ubicación espacial en distintas direcciones y secuencias con pequeñas coreografías con movimientos libres y ritmos diversos para la muestra final. La ubicación espacial en las clases de baile, fortalece la relación cuerpo -espacio y con los demás participantes; se logra evidenciar, además, la necesidad de asistir regularmente para evitar vacíos y que las coreografías tengan los mejores resultados en tanto ayuda al desarrollo de la capacidad de moverse de manera efectiva y segura en el espacio aún con faltante de compañeros.

Tercera parte: afianzamos la coreografía para el encuentro final; Me voy para Medellín interpretada por el Combo de las estrellas; lo hacemos con pasos básicos de la batería ABC para ejecutar diferentes ritmos.

Finalizamos con la relajación y un conversatorio para autoevaluar y valorar los procesos individual y colectivo: sensaciones durante el proceso de creación, manejo del ritmo y del espacio, memoria coreográfica, disociaciones, coordinación. La relajación orientada a liberar la tensión acumulada en los músculos por los movimientos y para prevenir lesiones.

Reflexión aspectos socio culturales del grupo y fortalecimiento de capacidades (imaginación, pensamiento crítico, disfrute, práxis ética, afiliación, sensibilidad, apropiación de la realidad del territorio y las formas de incidir en él, desde el arte...)

Otras observaciones particulares

Asistieron 12 participantes a la hora exacta de inicio. Frente a la autoevaluación declararon y no de manera tímida; estar contentos y que han logrado más flexibilidad y mayor recordación de los pasos.