

CUERPO & ESCENA

PROPUESTA BIZIE

Presentación de Alba Muñoz

BIZIE
BILBOKO LINE-INTERPRETazio Eskola

ÍNDICE

PROPUESTAS DE FORMACIÓN

Recursos artísticos - Cuerpo y Arte.

Eneagrama para la composición de personajes.

EmocionARTE.

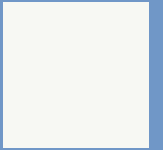
Teatro del Sí.

Coaching emocional.



CUERPO&ESCENA - ALBA MUÑOZ

RECURSOS ARTÍSTICOS - CUERPO&ARTE



Entrenamiento corporal integral, dotando al alumnado de herramientas creativas, para el desarrollo de su inteligencia corporal y emocional. Se trabajan los **centros energéticos creativos, expresivos e intuitivos** a través del descubriendo de recursos artísticos para la creación.

Abordaremos **la corporalidad** como apoyo para la creación artística; y se utilizarán **recursos artísticos** como vías de apertura, canalización y transformación de la energía corporal.

Todo ello lo haremos mediante dinámicas de trabajo corporal como la relajación, el movimiento, la atención o conciencia, entre otras. Un seminario práctico en el que habrá espacio para la comprensión del trabajo, asimilar, asentar y afianzar los contenidos y la experiencia.





RECURSOS ARTISTICOS

CUERPO&ARTE

OBJETIVO:

Encontrar, entrenar y fortalecer los apoyos para la actuación. Mejorar el bienestar emocional, potenciar la espontaneidad y la capacidad creativa del alumno para encontrar su expresión más innata.

DIRIGIDO A:

Actores y actrices profesionales, estudiantes de artes escénicas. Asignatura de **Diplomatura y Master**.

HORARIO:

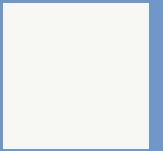
12h Lectivas. 4 días / 3 horas.

DINÁMICAS:

Tensión/Relajación
Artes plásticas
Atención

Conciencia de la respiración.
Meditación
Escritura

ENEAGRAMA Y ESTRUCTURAS CORPORALES



Seminario para adquirir herramientas para la **composición de personajes**.

Componer el personaje es diseñarlo, dibujarlo en nuestro imaginario, para esto necesitamos conocer un poco como funcionamos las personas, por qué y para qué hacemos lo que hacemos. Veremos funcionamientos principales que adoptamos las personas para gestionar lo que nos pasa. Reacciones automáticas; formas de organización del pensamiento, emociones, instintos; mecanismos de defensa, de expresión o represión... Veremos qué hacemos, lo que expresamos, de lo que somos conscientes y de lo que no.

Para ello nos apoyaremos en herramientas teóricas para el estudio del carácter como los **eneatipos y subtipos del eneagrama**, las estructuras corporales descritas por la **bioenergética de Lowen** y los **centros energéticos**.



ENEAGRAMA

OBJETIVO:

Adquirir herramientas para la composición de personajes

DIRIGIDO A:

Actores y actrices profesionales, estudiantes de artes escénicas. **Estudiantes de Master.**

HORARIO:

20h Lectivas. 5 días / 4 horas.

EQUIPO:

La grabación de escenas será llevado a cabo con el apoyo del profesorado de Bizie.

DINÁMICAS:

Teoría del carácter

Trabajo de texto

Ejemplos caracterológicos

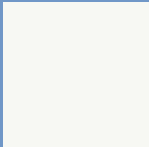
e interpretaciones cinematográficas.

Dinámicas corporales

Grabación de escenas



EMOCIONARTE



Las líneas de trabajo en que se fundamenta este taller son: **juego, cuerpo y creación**. El alumno adquirirá herramientas que le permitirán **expresar su mundo interior** a través de recursos creativos y artísticos.

El **Mapa de las Emociones** servirá de guía para la exploración del trabajo. Reconocer, danzar y pintar las emociones será el primer contacto con el trabajo actoral.

Movimiento:

Se practican técnicas creativas que despertarán y desarrollarán la escucha del cuerpo.

Interpretación:

Rescataremos la espontaneidad a través de ejercicios de improvisación. Serán ejercicios de adaptación al compañero/a y al "aquí-ahora", dónde aprenderemos a desarrollar la "escucha" y "la necesidad interna".

Siempre desde **el placer, el juego y el imaginario** para que el alumno pueda encontrar su estilo libremente así como desarrollar su creatividad.

EMOCIONARTE

OBJETIVO:

Reconocer las emociones primarias y secundarias. Adquirir herramientas para expresarse, potenciar el autoestima, despertar la creatividad.

DIRIGIDO A:

Jóvenes y niños

HORARIO:

10h Lectivas. 5 días / 2 horas.

DINÁMICAS:

Juego

Artes plásticas

Máscaras

Movimiento

Diagrama de las emociones.

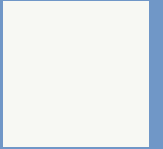
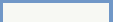
Verbos que mueven a la acción

Simbología

Imágenes



TEATRO DEL SÍ



El Teatro del Sí hace llegar al público las **historias de las comunidades en riesgo de exclusión social**.

¿Cómo? Se pondrán en práctica **dinámicas corporales y creativas** y, además, nos apoyaremos en la **expresión artística** para trabajar en el desarrollo de la **historia colectiva**. Se trabajará sobre aspectos que preocupen al colectivo, habrá espacio para compartir, reflexionar y crear juntos para transformar el sufrimiento en belleza.

El grupo es importante porque actúa como resonador y como un sostén seguro. Se propondrán dinámicas voluntarias, siempre desde un entorno lúdico y de juego que invita a explorar desde la libertad.

El trabajo se recogerá una **muestra final**, una pieza teatral o audiovisual, en modo de cortometraje, donde los participantes se convertirán en actores.





Gazte BIZIE

TEATRO DEL SÍ

DIRIGIDO A:

Organizaciones que trabajen con colectivos en riesgo de exclusión social: mujeres en situación de vulnerabilidad, jóvenes, refugiados, discapacitados...

ACCIÓN SOCIAL:

En coherencia con la trayectoria social y humanista de BIZIE y Gazte BIZIE para fomentar el respeto a la diversidad, la igualdad y la convivencia del grupo.

HORARIO:

Encuentro de quincenal durante un trimestre o durante un tiempo consecutivo.

EQUIPO:

El proyecto final será llevado a cabo con el apoyo del profesorado de Bizie.

FORMACIÓN TRANSVERSAL

Todas las propuestas están diseñadas para realizarlas en **formato regular como en intensivo.**

Además, están dirigidas a **actores o actrices profesionales** así como a **cualquier persona** que tenga interés en la interpretación, en el teatro o en el **desarrollo personal.**



TEATRO DEL SI



ARTE&CUERPO



ENEAGRAMA



EMOCIONARTE

CUERPO&ESCENA - ALBA MUÑOZ

METODOLOGÍA Y BENEFICIOS - CUERPO&ESCENA

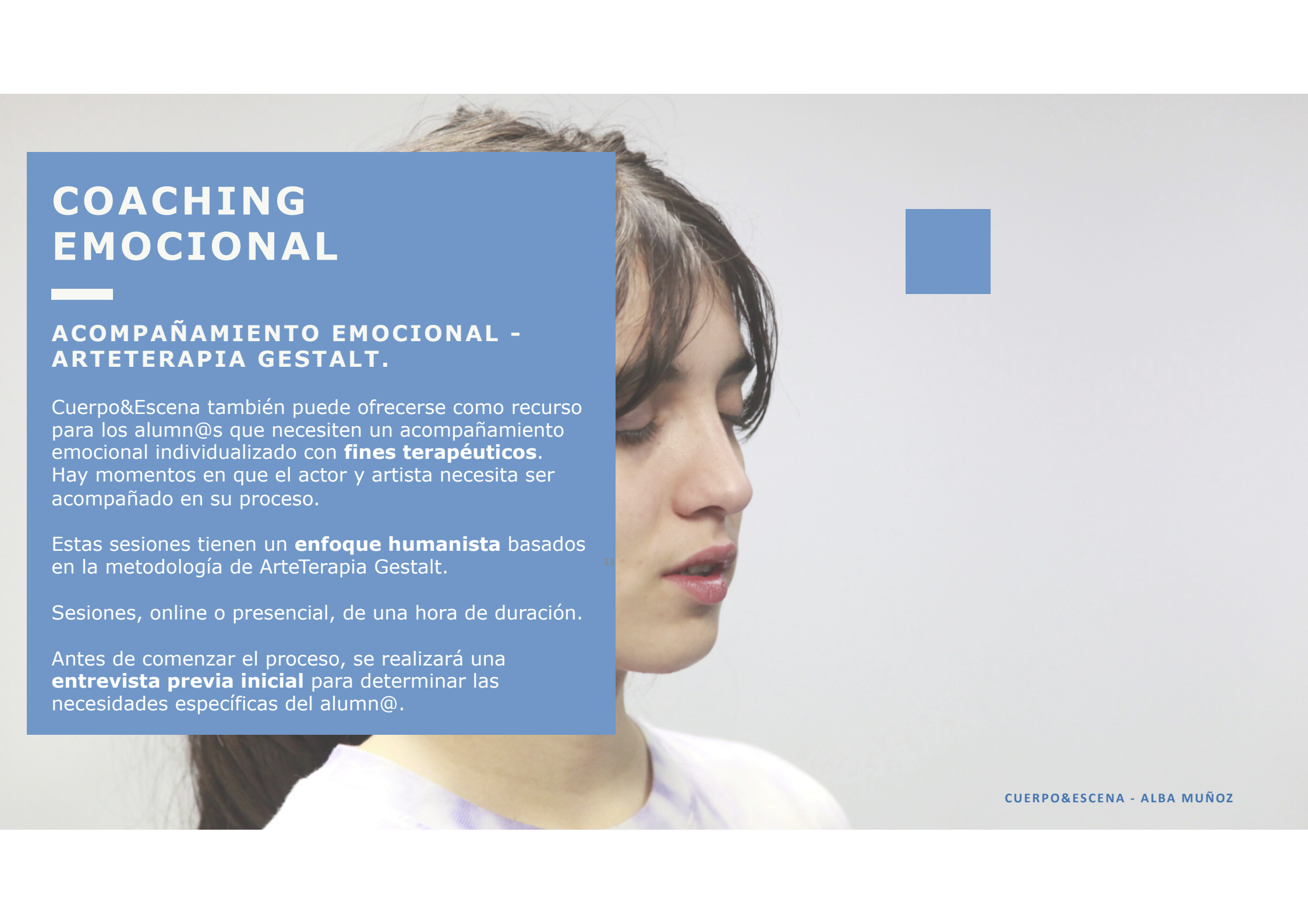
La **Integración Creadora de Cuerpo&Escena** es un modelo de intervención basado en las relaciones entre cuerpo y arte lo que caracteriza a este enfoque frente a otras orientaciones.

No pretende ser una sustitución de la práctica actoral o instrumental ya que no entrena a la persona técnicamente, sino a **explorar cómo es su relación para aprovecharla mejor desde un enfoque holístico** (cuerpo, emoción y mente). Esta combinación entre arte y cuerpo, potenciada con el trabajo grupal, facilita que se rebajen las defensas conscientes (ego).

La expresión a través del cuerpo es un medio para desarrollar la creatividad, la imaginación, la espontaneidad, la propia capacidad de expresión y de encarnar una gama más amplia de personajes y actitudes emocionales e interpersonales.

Cuerpo&Escena pretende generar un **espacio de confianza y sin juicio**, siempre desde un **entorno lúdico y de juego** que invita al alumno a explorar desde la libertad.

COACHING EMOCIONAL



ACOMPañAMIENTO EMOCIONAL - ARTETERAPIA GESTALT.

Cuerpo&Escena también puede ofrecerse como recurso para los alumn@s que necesiten un acompañamiento emocional individualizado con **finés terapéuticos**. Hay momentos en que el actor y artista necesita ser acompañado en su proceso.

Estas sesiones tienen un **enfoque humanista** basados en la metodología de ArteTerapia Gestalt.

Sesiones, online o presencial, de una hora de duración.

Antes de comenzar el proceso, se realizará una **entrevista previa inicial** para determinar las necesidades específicas del alumn@.



DOCENTE

- **Arteterapeuta Gestalt** - Integración Creadora, por la Escuela Hephaisto avalado por la AETH (Asociación Española de Terapias Humanistas)
- **Psicología integrativa y Transpersonal** (Programa SAT) con Dr. Claudio Naranjo
- **PCI** (Proceso Corporal Integrativo) In-corpore Antonio del Olmo (actualmente).
- Facilitadora de **Encuentros creativos y Acompañamiento Emocional** en sesiones individuales y grupales, con niños y adultos.
- Observadora Entrenamiento Terapia Gestalt online en Drala Gestalt Institut.
- Licenciada en Derecho y Diplomada en Relaciones Laborales
- Más de 10 años trabajando en el área de selección, formación y desarrollo en dep. Recursos Humanos de distintas multinacionales.

CONTACTO

CORREO ELECTRÓNICO

albam.munozruiz@gmail.com

TELÉFONO

603 399 326

PÁGINA WEB

www.albamuñozruiz.com

CUERPO & ESCENA

BIZIE
BILBOA LINGUA-INTERPRETATIO ESKOLA