

## LA ACCION EN SI MISMA

---

---

CURSO DE Lugones FEBRERO 2009

---

---

1)

- Movimiento y calentamiento
- Ritmo y melodía: Interior / Exterior
- Partes del cuerpo
- Hay acciones físicas, emocionales y vocales.
- ¿Qué es una acción? Diferencia entre gesto y acción . Acción: tronco y peso.
- Impulsos con el tronco.
- La acción como reacción: Entra en un playa.
- Acción/ reacción con palo.
- Acción/ reacción con juego de pelvis: reñir, acariciarse.
- Acción/ reacción con numeros
- Acción/ reacción con granmelot
- Mover una mano y darle una cualidad, así convertimos el gesto en acción.
- La acción real con un objeto.
- La acción real con un objeto y añadirle un intención
- Sacar cosas de un armario.
- Todos los objetos en un palo
- Hacer las acciones ahora quitando el palo.
- Relación en toda acción del tronco con brazos y piernas :  
CONSONANCIA: Todos colaboran  
COMPLEMENTARIEDAD: Todos colaboran menos uno  
CONTRASTE: Todas las partes opuestas en si.
- La acción ha de ser real, no realista. Lo importante es que la acción se fije con todos los detalles y que se pueda repetir. Las acciones se fijan en una partitura.
- Crear una partitura a partir de unas premisas: 1) mirar al techo 2) Arrodillarse 3) Tocarse la frente 4) Sentarse. Hacerlo solo físicamente, luego hacerlo con una premisa emocional que se pone.
- Al trabajar la partitura trabajamos grande/pequeño, Introvertido/extrovertido, fuerte/suave, rapido/lento, alto/bajo, diferentes direcciones en el espacio.
- Con el palo trabajar una partitura a partir de la frase: *En el jardín del rey*

2)

- Calentamiento. Impulsos
- Acción / Reacción: Juego del espejo.
- Acción real y acción abstracta
- Acción a partir de un objeto.
- Acción a partir de una música
- Acción a partir del verso: *Adolescente fui en días idénticos a nubes.*
- Subtexto y subpartitura.
- Construir con mi cuerpo una acción, un signo. Ejemplo del juego de imitar animales o plantas.
- La acción emocional. ¿Existe?
- La emoción como motor de la acción.
- Diferencia entre emoción / estado de ánimo.
- Cuerpo y emoción: andar, abrir, cerrar. Abrir y pensar lo contrario.
- Trabajo emocional: De dentro a fuera – si mágico – y de fuera a dentro.
- Fenómenos fisiológicos, expresivos y subjetivos.
- Trabajo de fuera a dentro: las seis emociones básicas.
- La emoción como impulso a la acción: probar cada emoción como impulso.
- A una de las partituras construidas anteriormente y trabajadas solo desde lo físico añadirle una emoción para cada acción. Cambia la expresión.

3)

- Movimiento.
- Ejercicio de Mirar
- A cada acción poner una emoción
- Acción real (mirar fotos, abrir caja), luego acción real con emoción impuesta
- Acción abstracta con palo.
- La misma acción, pero sin el palo.
- Juego de “Yo me siento en esta silla”
- Acción abstracta
- A partir de los verbos del texto crear una partitura
- Lo grande-pequeño y lo pequeño-grande
- Lo lento-rápido y lo rápido-lento
- La partitura sin brazos
- La partitura reducida a los impulsos
- La partitura sentado en una silla
- La partitura sentado en una silla solo con impulsos

- Moverse con música utilizando las acciones de la partitura como coreografía.
- Decir el texto que se trae aprendido. Decirlo con una emoción.

4)

- Movimiento con ejercicios de pies, cadera y brazos.
- Traducir la secuencia a los impulsos
- La partitura traducirla a los abrazos
- La partitura traducirla a los pies.
- Hacer la partitura como Shakespeare, como Chejov.
- Trabajo con la voz: emisión y resonadores.
- La acción vocal: Acción real: Empujar a la pared y decir el texto. Luego decir el texto sin empujar la pared pero manteniendo lo vocal.
- Jugar al frontón con el nombre
- Llamarse arriba y abajo.
- Llamarse al fondo de un pozo.
- Voz cantada y hablada: voales y consonantes
- La palabra contiene imágenes y sonidos.
- Hacer un sonido para cada una de las acciones de la partitura. Luego hacer los sonidos sin las acciones.
- Con ese sonido decir el texto a la vez que se hacen las acciones de la partitura.
- La partitura en relación a otra partitura. Dialogar.
- Dialogar – partitura en relación – cada uno haciendo una emoción: uno ríe, otro llora
- Dialogar con los sonidos inventados para cada acción
- Dialogar diciendo en textos con la melodía de las palabras.
- Si se parte del texto hacia abajo, siempre habrá acciones explícitas en el texto, acciones implícitas e inventadas.
- Si se parte de las acciones y luego se añaden las palabras también habrá lo mismo.
- Acción en si misma, la acción organizada en una partitura individual, la partitura individual en relación a otra partitura, finalmente el contexto.