

## Juego y Expresión Corporal: la matriz lúdica del movimiento y la danza

Fecha de recepción: septiembre 2017

Fecha de aceptación: noviembre 2017

Versión final: enero 2018

María Pía Rillo (\*)

**Resumen:** Experiencias de la práctica docente en el ámbito de la formación en Expresión Corporal/UNA/Artes del Movimiento. Un cuerpo que juega se implica afectivamente con su propio mundo y con el de los otros con quienes se vincula. En ese espacio de encuentro se despliega una danza singular y necesaria que surge de la dinámica propia de esa experiencia sensible.

**Palabras clave:** juego - expresión corporal - movimiento - danza - participación del docente

[Resúmenes en inglés y portugués en la página 226]

*No podemos pensar el juego si no hay convicción, pasión, quien juega asume un compromiso, cree en lo que hace, algo contagia y la creencia circula, se comparte.*

### Presentación

Este escrito se enmarca en las actividades de la materia *Expresión Corporal I*, Cátedra A. Fermani, correspondiente a la Licenciatura en Artes en Danza con Mención en Expresión Corporal de la Universidad Nacional de las Artes. Se trata de un espacio curricular que sirve de entrada a las orientaciones de expresión corporal (en adelante EC), dirigido a aquellos estudiantes que seguirán la línea pedagógica y también a quienes realizarán la licenciatura.

La idea de que estos espacios de intercambio generan perspectivas, inquietudes y movimientos motiva a escribir y reflexionar sobre la práctica docente. Las preguntas, dudas y consideraciones que se han podido compartir, han sido un aire refrescante que impulsa el trabajo y anima creativamente para seguir adelante con las actividades pedagógicas.

Para aquellos que desconocen, la EC es una práctica, un lenguaje basado en el movimiento, con muchos años de desarrollo en nuestro país (donde surge con la denominación de expresión corporal); a partir de la exploración, se considera que ella puede enriquecerse desde el juego. Dicha relación, entre juego y EC, es la que aquí se presenta siguiendo cuatro momentos. Inicialmente, se realiza una breve alusión histórica para contextualizar esta labor; posteriormente, se señalan algunos de los disparadores que guían la propuesta y se incluyen algunas preguntas orientadoras; seguidamente, se tematiza al juego como eje de acción; y finalmente, se expone uno de los fundamentos prácticos.

### Un antecedente clave

Se debe recordar que Patricia Stokoe, bailarina de formación clásica, llegó al país en los años 50 del siglo XX. Influenciada por las ideas de Herbert Read, formuladas especialmente en su libro *Educación por el Arte* (1943), y de Rudolf Laban, bailarín y teórico húngaro que desarrolló su tarea en escuelas alemanas e inglesas. Las líneas teórico-prácticas, de los mencionados autores,

entienden el acceso al arte y específicamente al arte del movimiento, como un derecho de todas las personas y no como un asunto exclusivo de los artistas dentro de su proceso de formación.

Ya en Argentina, durante la década del 60, P. Stokoe fue gestando, modificando y ampliando su propuesta de EC, siempre concebida como parte de una formación o educación global. En los años siguientes, los ámbitos privados fueron terrenos fértiles de expresión, intercambio y creación para la propuesta de Stokoe. A la par, fueron surgiendo grupos y escuelas que posibilitaron la expansión de la EC, lo que facilitó, al inicio de los 80, constituir espacios para líneas de trabajo con distintos acentos y el florecimiento de nuevas técnicas corporales.

Dentro del ámbito educativo, específicamente en el nivel inicial, fue donde se estableció un lugar de aplicación de las innovaciones de EC y su incorporación sistemática junto a las actividades musicales y plásticas. Para el año 1984 se crea e institucionaliza el Profesorado de EC en el Instituto Superior de Danzas "María Ruanova" y se incluye como materia en el currículum de nivel inicial. En los años 90 se crea la Licenciatura en Artes del Movimiento con mención en EC dentro del Instituto Universitario Nacional del Arte (IUNA), Instituto que derivó en la creación reciente de la Universidad Nacional de las Artes (UNA), lugar en el que actualmente se desempeña quien les habla.

### Disparadores de la propuesta

La asignatura cuenta con un doble acento. De un lado, sobre la sensopercepción como técnica-base que apunta al conocimiento del cuerpo y al desarrollo de habilidades motrices. De otro lado, sobre la improvisación como técnica para estimular la creatividad y la comunicación. Hay diferentes enfoques y abordajes sobre la EC conectados con los asuntos antes mencionados, algunos de esos enfoques se plantean en relación a lo escénico, otros a lo pedagógico y otros a lo terapéutico, o bien se dan de modo integrado.

La sensopercepción se puede entender como un modo de estar en el mundo, de habilitar y ampliar capas sutiles de lo perceptual, de poder partir desde la experiencia y la sensibilidad. Con ella se estimula la capacidad

de observación y registro de los estímulos, dando lugar a la elaboración de imágenes más diferenciadas, detalladas y precisas, del propio cuerpo en su vínculo dinámico y constante con el medio.

La improvisación, por otro lado, se puede entender como una práctica que permite ahondar en la atención perceptiva, en relación al propio cuerpo, al otro y al espacio / tiempo. Que pone en evidencia la autonomía y la toma de decisiones en un presente de interrelaciones, conformando una conciencia de trabajo colectivo.

El objetivo principal, en el espacio académico, es promover situaciones para que el alumno encuentre caminos de conocimiento, valorizando movimientos, gestos, imágenes, estados emocionales, ideas, reflexiones y diálogos que enriquezcan sus posibilidades expresivas.

Se observa desde la práctica docente que la atención sensible, la cual se considera necesaria y fundante para la vida y para el arte en particular, va develando un vasto mundo interno, en el que se producen momentos de profundidad y contacto con dimensiones íntimas e imaginarias. Hallazgos, impresiones, emociones, sensaciones, van conformando la tarea individual y del grupo. En este camino se reconocen hábitos, zonas de trabajo placenteras o no, se abren rincones escondidos, se habilita la memoria corporal y se gesta una mirada atenta a lo perceptivo y lo sutil.

A la hora de sumergirse en la práctica de la improvisación, la información sensible, física, emocional, funciona como una base primordial de lo que se denomina en EC como la propia danza. En esta última se suceden y se van instalando cualidades de movimiento, modos de bailar en los que prevalece cierto ensimismamiento, con una temporalidad homogénea, una calidad de movimiento con tendencia a lo fluido. En este bailar lo disruptivo, el caos, lo ajeno, lo incómodo, lo difícil, parecen no ser valorizados en el horizonte expresivo.

Frente a estas observaciones surgen diversas preguntas que inspiran este trabajo: ¿Cómo habilitar una exploración que problematice lo disruptivo en nuestros movimientos?

¿Cómo no quedar anclados en estereotipos sobre la propia danza? ¿De qué forma la búsqueda introspectiva instala cierta sobrevaloración de lo propio? ¿En qué grado nuestro movimiento se encuentra ligado al hábito (formas de moverse que resultan más fáciles, más cómodas, familiares o sustentadas en ciertas creencias en relación a lo auténtico, lo orgánico, lo bello, lo verdadero)? ¿En qué medida la focalización en lo interno demora, retiene el despliegue de mundos imaginarios, el despojo del movimiento adornado y la posibilidad de abrirse al contacto con los otros y el espacio? ¿Cuál es el tiempo de este movimiento entre el adentro y el afuera, entre la sensación y el gesto, entre el impulso y la acción?

### Sobre el juego como estrategia de trabajo

Las inquietudes mencionadas anteriormente han funcionado como impulso para trabajar con el juego como matriz del movimiento y de la danza en esta propuesta. Observamos que en situación de juego el cuerpo florece, se potencia, se ve que se desarrolla una cualidad de atención sensible, permeable, porosa y presente. Dice Humberto Maturana que “[l]os seres humanos estamos

donde está nuestra atención y no donde están nuestros cuerpos. Jugar es atender al presente. Es hacer lo que se hace con total aceptación sin negar su legitimidad” (1993: p114).

En un juego donde hay contacto (por ejemplo, el de sostener al otro para que no se caiga o el de la mancha o el de llevar a cococho) el roce, la entrega de peso, el sostén, están dados en función de la situación lúdica. No hay cuestionamiento. Es clara la aparición de sensaciones, emociones, pensamientos que abren la expresión.

Un asunto relevante para resaltar en este contexto es el de los gestos. Al momento de jugar, el cuerpo se prepara y en esta disponibilidad (preparados, ya!) hay un registro propioceptivo globalizado y segmentado que ocurre simultáneamente: un estado de alerta, una relación con las reglas, el campo de juego y las posibles interacciones. Allí, el gesto previo a la acción se presenta lleno de sentido y despojado de adornos. Es lo que Hubert Godard nombra como *pregesto / pre movimiento* y que Eugenio Barba denomina como *lo pre-expresivo*. Es en ese instante que reside la potencia de la acción, sin plan previo, sin especulación ni regodeo.

Ese pregesto es un dato espeso, lleno de elementos sensibles, que resulta muy rico como fuente para el trabajo reflexivo. Ese momento previo a la acción es un lugar interesante para tematizar, ya que permite observar hábitos atencionales, posturales y creencias estéticas.

Se toma como ejemplo al juego del Ninja Woo, en el que se tiene que tocar a otro para sacarlo fuera de un círculo. En él, la precisión del movimiento hacia el ‘otro’, permite ver los apoyos, las descargas, la organización con la gravedad, la proyección del movimiento, el sostén de la quietud, la atención hacia todas las direcciones posibles en las que puede venir uno u otro compañero. En este juego conviven tiempos simultáneos, desconciertos que alteran el control, situaciones que corren el lugar cómodo de resolución. El material generado desde el juego, trazando relaciones con los contenidos de la EC, nos resulta estimulante y motivador.

Para la EC, los juegos o la situación lúdica habilitan el desarrollo de habilidades motrices, permitiendo la posibilidad de arrojarse desde el deseo al goce del movimiento, facilitando el disfrute o el miedo a vivenciar el espacio, el tiempo de una caída, de un salto, de una carrera, de una expansión, de una quietud. En este marco, el cuerpo registra, selecciona y acciona haciendo uso de todas las cualidades motoras: la coordinación, la flexibilidad, la fuerza, la resistencia y la velocidad. Un juego con bolsas de arena, lanzando y recibiendo, parece simple. Pero articulado con la EC, puede ser complejizado para pensar las acciones antes y después del lanzar-recibir (saltar, caer, detener, girar, hacer un gesto, etcétera). Algunas opiniones de nuestras estudiantes pueden enriquecer la perspectiva que se ha descrito hasta este punto:

- Saltar la sogla me hizo sentir poderosa, el vértigo de tirarse por un trampolín. La decisión antes de entrar es a veces angustiante, el pensamiento sin acción, la especulación y el pensar en lo que podría suceder. Pero después de tomar la decisión y accionar, el movimiento desprende los miedos. Una vez en movimiento el cuerpo pasa a otro estado y se expresa

por sí solo. El pensamiento-movimiento se articulan con fluidez, se despierta una capacidad de reacción veloz y un empoderamiento.

- Mi cuerpo estaba en permanente estado de atención, alerta. El hecho de estar quieta mientras esperaba que los otros se pasaran la pelota me dio un poco de ansiedad.

- El desafío más grande para mí en este juego fue sostener la inmovilidad. Ese estado de contención, de quietud y silencio en contraste con el desplazamiento veloz cuando la persona 'líder' está contando. Creo que esa polaridad quietud- movimiento se da en la dinámica de la vida misma y en el proceso de comunicación. Escuchar-actuar.

- Observé que se produjo una armonía rítmico-grupal de movimiento, coordinación, tensión, atención. Los cuerpos a la escucha de un todo y de sus propios cuerpos a la vez. Me pareció que eran una unidad.

Igualmente, es importante señalar que en el juego se generan vínculos y relaciones grupales, como lo afirma Graciela Scheines "en el juego se aprende cuerpo a cuerpo" (1998: 34), se establecen modos de interactuar con los otros. El juego invita al intercambio, a la competencia, a la cooperación, al mismo tiempo que promueve las reglas como marcos para la acción grupal, permitiendo la conformación de códigos colectivos, maneras de organizarse, de vincularse y de atravesar la tarea juntos.

Por ejemplo, en juegos como la mancha, los roles cambiantes invitan a recorrer lugares diferentes dentro del grupo; o la escondida, que en EC se trabaja enfatizando en lo que se muestra o no, recurriendo al uso de linternas, entrando de lleno en una relación con la mirada.

Para finalizar este apartado, vale la pena recordar lo que dos estudiantes indicaron sobre las interrelaciones que se gestan en el juego:

- El movimiento lineal y con objetivo tan claro, compartido con otra persona me dio la idea de guerrillas. Se requiere precisión, no hay lugar para la duda en ese momento, lo único que ocupaba mi atención era la meta y la necesidad de comunicación con mi compañera. Lograr un objetivo junto a otra persona requiere coordinación.

- Ya en la construcción del juego en sí, fue crucial el grupo. Cada cual fue aportando para que tomara la forma que tomó. De manera similar a lo que describe Pavlovsky en el juego de fútbol, donde cada participante fue nutriendo al juego, permitiéndose transgredir o modificar las reglas.

### Una forma de abordaje

Además de las ideas de diferentes autores que se han mencionado en las secciones anteriores, se viene trabajando con aportes teóricos de Huizinga, Pavlosky y Winnicott, quienes muestran y enseñan diferentes miradas sobre el juego. En el caso concreto para el desarrollo de nuestra praxis, se utiliza como principal referencia a Daniel Calmels y su libro *Juegos de Crianza* (2007).

Es deseable volver la mirada sobre los juegos de crianza, que ocurren en los primeros años de vida, como herramientas de trabajo para nuestro ejercicio académico.

Tales juegos pueden entenderse como juegos corporales entre el niño y el adulto, que no se programan de antemano y en los que hay un acuerdo tónico emocional que implica reciprocidad y acomodación mutua (de lo contrario se puede experimentar desconcierto como resultado del forzamiento). Se trata de juegos corporales en los que priman los gestos, las miradas, la voz, el contacto, la actitud postural.

Una clasificación de los juegos de crianza, de acuerdo a Calmels (2007), puede ser: de sostén, de ocultamiento y de persecución.

Los juegos de sostén, tienen que ver con las acciones básicas como mecer, girar, elevar y descender, subir y bajar, trepar, colgar y caer. Se buscan sensaciones de vértigo y extravío como fuentes de placer. El contacto varía en cantidad y calidad según las superficies del cuerpo que el adulto le ofrece al niño. Se basan en acciones de desequilibrio y reducción o pérdida de apoyos. Se relacionan con adquisiciones motrices como la posición sentada, el gateo, la marcha, el salto, la caída, los giros, etcétera.

Algunos juegos de sostén, en nuestra cultura, son: la hamaca, que permite la sensación de liviandad, pesadez, gravidez e ingravidez (se relaciona con mecer); el caballito o el sube y baja; la babucha y el cococho sobre el otro (se relaciona con el trepar y colgar para conquistar un lugar, para llegar más alto, para vivenciar esa diferencia de altura); el avioncito como antecesor de la calesita, de las rondas (se relaciona con el giro, el elevar y ascender, con la expansión, la fuerza centrífuga).

De otro lado, los juegos de ocultamiento remiten a la acción de aparecer y desaparecer, ocultarse y mostrarse, perder y encontrar la presencia del otro. Como ejemplos se tienen, la sabanita, el cuco (con ocultamiento de partes del cuerpo durante momentos breves), la escondida (con uso de tiempos más largos para ocultar todo el cuerpo). Estos juegos se relacionan con la pérdida y el encuentro, la atención, el contacto, la mirada que crea espacio y tiempo. Calmels señala que: "[L]as escondidas son juegos de tensión y distensión, de ausencia y presencia, de repliegue y despliegue del cuerpo, de ver y no ver, de luz y tinieblas, de soledad y compañía, de buscar y ser buscado, de exploración y descubrimiento de los espacios, de silencio y ruido, de impresión y expresión, de movimientos lentificados y acelerados, de encuentro, reencuentro, desencuentro[...] la espera en muchas ocasiones está marcada por una actividad tónica de gran intensidad, así como en la demora la suspensión de la acción en sí constituye un acto" (2007: 83).

Finalmente, los juegos de persecución se pueden entender diferenciando tres protagonistas principales: un perseguidor (un "otro" adulto confiable, que amenaza), un perseguido (el niño) y un refugio (cuerpo protector). Jugar a la persecución implica dos acciones básicas y complementarias que son el perseguir y el escapar, en estas acciones la distancia corporal es la clave que altera las velocidades e intensidades.

En el marco de nuestra asignatura se propone, en un primer momento, algunos juegos básicos y se invita posteriormente a los estudiantes para que traigan los suyos y se lleven a la práctica. La idea es que los juegos estimulen la acción corporal. Posteriormente, se analizan y complejizan las actividades lúdicas realizadas,

teniendo en cuenta puntos de vista motrices, espaciales y vinculares en base al material de Juegos de Crianza y los contenidos de la EC.

A partir de los análisis que se realizan en colectivo, se proponen improvisaciones de forma individual, en dúos o grupalmente, intentando que la memoria del juego opere en el cuerpo como sustento de la nueva acción improvisada. No se trata de evocar ni representar lo vivenciado en el juego, sino dejar que los registros propioceptivos, atencionales, emocionales, vinculares, estén “en juego” para desplegarlos en una improvisación que tendrá su propio devenir.

A continuación se exponen algunas relaciones desarrolladas a partir de nuestra práctica.

**Juegos de sostén:** Peso. Apoyos. Caída libre, caída con deslizamiento. Ascensos y descensos.

Tracción y compresión. Toque, presión, empuje, deslizamientos. Confianza, adecuación tónica, atención. Niveles, espacio personal, espacio vincular. Ritmo grupal.

**Persecución:** Traslados, desplazamientos, velocidades. Distancias. Diseño y duración. Estrategias espaciales y temporales. Vínculos interpersonales y grupales.

**Ocultamiento:** Quietud-movimiento. Presencia-ausencia. Vacío-lleño. Globalidad y segmentación. Roles. Cuerpo-refugio. Cuerpo-riesgo.

#### Un apunte de cierre

La experiencia constata que el abordaje basado en la relación entre juego y EC resulta habilitante y facilitador de un terreno de confianza en el que son bienvenidas las propuestas lúdicas individuales y en el que se configuran sentidos de grupalidad. De tal forma, cada uno juega con aquello que trae, que abre, que muestra; y este peldaño, este puntapié inicial, marca diferencias en el abordaje de la exploración de movimientos corporales. La situación de juego, articulada con una mirada sensorio-perceptiva, ayuda a desmarcarse de las ideas previas y estereotipos. Desde el inicio, jugar implica estar presente, entrar en contacto y construir mundos en colectivo -en este caso: el mundo de las danzas compartidas en un espacio de aprendizaje-.

#### Referencias bibliográficas

- Bachelard, Gastón. (1965). *La poética del espacio*. México: Fondo de Cultura Económica.
- Calmels, Daniel. (2007). *Juegos de crianza. El juego corporal en los primeros años de crianza*. Buenos Aires: Biblos.

García, Esteban. (2013). *Merleau Ponty: filosofía, corporeidad y percepción*. Buenos Aires: Rehsis.

Godard, Hubert. (2007). *El gesto y la percepción*. *Estudios Escénicos*, 32, pp. 335-343.

Kalmar, Deborah. (2005). *Qué es la Expresión Corporal, a partir de la corriente de trabajo creada por Patricia Stokoe*. Buenos Aires: Lumen.

Maturana, Humberto y Verden-Zoller, Gerda. (1994). *Amor y juego: Fundamentos olvidados de lo humano desde el patriarcado a la democracia*. Santiago de Chile: Comunicaciones Noreste.

Nachmanovitch, Stephen. (1991). *Free Play: la improvisación en la vida y en el arte*. Buenos Aires: Planeta.

Pavlosky, Eduardo y Kesselman, Hernán. (1980). *Espacios y Creatividad*. Buenos Aires: Búsqueda.

Penchansky, Mónica. (2009). *Sinvergüenzas: la expresión corporal y la infancia*. Buenos Aires: Lugar.

Scheines, Graciela. (1998). *Juegos inocentes, juegos terribles*. Buenos Aires: Eudeba.

---

**Abstract:** Experiences of teaching practice in the field of training in Body Expression / UNA / Artes del Movimiento. A body that plays is affectively involved with its own world and with that of the others with whom it is linked. In that space of encounter a singular and necessary dance unfolds that arises from the dynamics of that sensitive experience.

**Keywords:** game - body expresión - movement - dance - teacher participation

**Resumo:** Experiências de prática docente no campo de treinamento em Expressão Corporal / UNA / Artes del Movimiento. Um corpo que joga é afetivamente envolvido com seu próprio mundo e com o dos outros com quem está ligado. Nesse espaço de encontro, uma dança singular e necessária se desenrola que surge da dinâmica dessa experiência sensível.

**Palavras chave:** jogo - expressão corporal - movimento - dança - participação docente

(\*) **María Pía Rillo.** Prof. Nacional de Expresión Corporal (Universidad Nacional de las Artes), Actriz, (ENAD). Interprete en Danza Teatro (Universidad de Buenos Aires). Actualmente cursa el Posgrado de Tendencias de la Danza Contemporánea la UNA.