

ESCUELA NACIONAL SUPERIOR DE ARTE DRAMÁTICO
"GUILLERMO UGARTE CHAMORRO"



TRABAJO DE INVESTIGACIÓN:

**ESTUDIO DEL FORTALECIMIENTO DE LA DESINHIBICIÓN CORPORAL
EN LOS ESTUDIANTES DE LOS TALLERES EXTRACURRICULARES DE LA
UNIVERSIDAD PERUANA CAYETANO HEREDIA, COMO BASE PARA UNA
PROPUESTA PEDAGÓGICA BASADA EN EJERCICIOS DE
IMPROVISACIÓN.**

Para optar el grado de bachiller
en educación artística, especialidad arte dramático.

AUTOR:

ISABEL DEL PILAR OCHOA ESPILCO

ASESOR:

SÁNCHEZ SALDAÑA, OSCAR FELIPE

Lima, ENSAD, 2016

DEDICATORIA:

A la memoria de mi
maestro y Director
del legendario
grupo de Teatro
Cuatro tablas: Mario
Alejandro Delgado
Vásquez, quien me
encaminó hacia el
maravilloso mundo
de la pedagogía
teatral.

Eternamente
agradecida Marito!!!

ÍNDICE

Introducción	5
Resumen / Abstract	6
CAPÍTULO I: Planteamiento del problema	7
1.1. Descripción del problema	7
1.2. Formulación del problema	8
1.3. Determinación de objetivos	8
1.3.1. Objetivo general	9
1.3.2. Objetivos específicos	9
1.4. Matriz de consistencia	10
	11
CAPÍTULO II: Marco teórico de la investigación	12
2.1. Antecedentes de la investigación	12
2.2 Bases Teórico-científicas	13
2.2.1. Principales teorías:	13
2.2.1.1. Corriente Filosófica	14
2.2.1.2. Corriente Pedagógica	14
2.2.1.3. Corriente Psicológica	15
2.2.2. Otras investigaciones	15
2.2.2.1. Pedagogía teatral	15
2.2.2.2 Teatro – Improvisación	16
2.2.2.2.1. Teatro: concepto	16
	17
2.2.2.2.2. Otros conceptos	17
2.2.2.2.3. Improvisación: concepto	18
	19
CAPÍTULO III: Método de investigación	20
3.1. Diseño de la investigación	20
3.2. Sistema de Hipótesis	20
3.2.1. Hipótesis general	20
3.2.2. Hipótesis específicas	20
	21
3.3. Variables e indicadores	21
3.3.1. Variables Independientes e indicadores	21
3.3.1.1. Variable independiente - Ejercicios de Improvisación	21
3.3.2. Variables Dependientes e indicadores	22
3.3.2.1. Variable dependiente - Desinhibición corporal	22
CAPÍTULO IV: Trabajo de campo	23
4.1. Descripción de la Población y muestra	23
4.1.1. Población	23
4.1.2. Muestra	23
4.2. Descripción de la investigación	23
4.2.1. Estructura del módulo	24

4.2.1.1. Operacionalización de variables	24
	25
	26
	27
	28
	29
	30
	31
	32
4.2.1.2. Relación de componentes	32
4.2.1.3. Relación de indicadores	33
	34
4.2.1.4. Propuesta pedagógica de aplicación del proyecto de investigación	35
	36
	37
	38
	39
4.3. Técnicas e instrumentos de recolección de datos	39
4.3.1. Técnicas de recolección de datos	39
4.3.2. Instrumentos de recolección de datos	39
4.3.3. Instrumentos de evaluación	39
4.4. Análisis e interpretación de los resultados de la investigación	39
4.4.1. Lista de la muestra	39
	40
4.4.2. Análisis	40
Tablas N° 1	40
	41
	42
Tablas N° 2	42
	43
	44
Tablas N° 3	45
	46
Tablas N° 4	47
4.4.3. Interpretación y respuesta a los problemas planteados	48
Tablas N° 5	48
	49
	50
Conclusiones	51
Referencias bibliográficas y linkográficas	52
	53

INTRODUCCIÓN

Múltiples estudios han demostrado que la salud emocional de la humanidad viene sufriendo un detrimento debido a la irresponsable importancia que se le da a la industria, la tecnología y el dinero; creando en muchos casos seres humanos con carencias en las áreas cognitivas, emocionales y físicas. Y considerando, que el cuerpo es el recipiente que contiene la mente y las emociones, es mediante las técnicas físicas y psicofísicas que se puede reintegrar el bienestar de los individuos en el entorno social.

Como es de conocimiento, el ser humano ha desarrollado gradualmente técnicas psicofísicas desde los albores de la civilización mediante los rituales y el teatro. Y es el teatro, justamente, el que ha demostrado sus posibilidades equilibrantes y armonizadoras en la sociedad; y entre las muchas herramientas que el teatro posee están las técnicas de los ejercicios de improvisación.

Técnicas que han sido elegidas para el desarrollo del presente trabajo de investigación, llevado a cabo con el grupo específico de los jóvenes estudiantes de los talleres extracurriculares de la Universidad Peruana Cayetano Heredia, con quienes se plantea el objetivo de fortalecer la desinhibición corporal y las capacidades comunicativas y de autoconocimiento de los educandos mencionados.

El autor

RESUMEN

La desinhibición corporal, aspecto importante de la persona para la realización de una buena comunicación e interrelación con los demás, es hoy en día de total importancia en el trabajo con los jóvenes universitarios, que sienten la necesidad de ahondar y trabajar en beneficio de ellos mismos.

El arte teatral, en toda su dimensión, está capacitada para generar entre otros aspectos significativos, el bienestar en las personas que comprende entre otros: desenvolvimiento, expresividad, seguridad, autoconfianza; los cuales permitirán afianzarlos y fortalecerlos.

En el presente trabajo de investigación probamos la eficacia de nuestra propuesta pedagógica para fortalecer la desinhibición corporal, teniendo a los ejercicios de improvisación como medio de la propuesta. Por lo desarrollado, se prueba que los ejercicios de improvisación son un medio eficaz para el fortalecimiento de la desinhibición corporal.

ABSTRACT:

Body disinhibition, an important aspect of the person for the achievement of good communication and interrelation with others, is today of utmost importance in working with young university students, who feel the need to delve and work for the benefit of themselves. .

Theatrical art, in all its dimensions, is capable of generating, among other significant aspects, the well-being of people that includes, among others: development, expressiveness, security, self confidence; which will allow them to strengthen and strengthen them.

In the present research work we test the effectiveness of our pedagogical proposal to strengthen body disinhibition, having improvisation exercises as a means of the proposal. Based on what has been developed, improvisation exercises are proven to be an effective means of strengthening body disinhibition.

CAPITULO I

PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

1.1. DESCRIPCIÓN DEL PROBLEMA

En mi trayectoria, como profesora de los talleres de teatro que ofrece la Dirección de Bienestar Universitario de la Universidad Peruana Cayetano Heredia a los estudiantes de todas las especialidades y de todos los ciclos, me he encontrado constantemente con la misma problemática: A la pregunta, ¿Por qué te inscribiste en el taller de teatro? Las respuestas, son siempre las mismas en su mayoría, “para desenvolverme mejor”.

El 70 % de los estudiantes que participan del taller, lo realizan no por hobby o porque quieran actuar, sino por una gran necesidad de “desinhibición corporal” que les permita desenvolverse con facilidad y expresarse sin miedos ni temores. De esa manera podrán relacionarse con las demás personas de su entorno.

En la introducción del artículo: “EL TEATRO Y LA PEDAGOGÍA EN LA HISTORIA DE LA EDUCACIÓN” de *Vicente Cutillas Sánchez – Pág.: 2*; nos dice: *“El teatro es un arte tan antiguo como la humanidad y el ser humano de cualquier época gusta de describirse para transmitir sus vivencias, para enseñar a sus descendientes. Porque, si la pedagogía creativa reposa sobre una serie de actividades del comportamiento teniendo como finalidad permitir a la persona expresarse, el teatro busca los mismos fines a través de una serie de actividades artísticas favoreciendo la creatividad y la comunicación”*. Los ejercicios de improvisación teatral benefician a los estudiantes a conectarse consigo mismo, a conocerse, a aceptarse y quererse tal como son y desde ahí a descubrir todo su potencial, como personas capaces de lograr todo lo que se proponen. De esa manera, los ejercicios de improvisación teatral utilizados como estrategias de aprendizaje facilita a los estudiantes a

descubrir una serie de habilidades, destrezas y competencias que hará de ellos personas competitivas, tanto en su comunidad universitaria como en la sociedad donde se desenvuelven y más tarde en su entorno laboral.

En: "TEATRO Y EDUCACIÓN" de *M^a Dolores Sánchez Gala* - Pág.: 2; nos dice: *"Así, la Dramatización, puede desarrollar estrategias de enseñanza a partir de situaciones problematizadas y con fuerte carga lúdica, de manera tal, que generen un trabajo afectivo en grupos operativos, que facilite situaciones de práctica de la creatividad individual y colectiva motivando el aprendizaje de contenidos diversos y la captación intuitiva de habilidades sociales (asertividad, autoestima, tolerancia, cooperación y responsabilidad)".*

Es así que esta investigación pretende apoyarse de los ejercicios de improvisación *teatral "que no es más que un liberar la creatividad innata en cada cual"*, como lo describe *Keit Johstone* para fortalecer la desinhibición corporal de los estudiantes. Desde esa perspectiva, el propósito de la investigación es proporcionar estrategias que conllevara a los estudiantes a una vida de bienestar personal, familiar, laboral y social, para lograr un camino de transformación y excelencia personal para ser futuros líderes del nuevo siglo.

1.2. FORMULACIÓN DEL PROBLEMA

Considerando los aspectos descritos, planteamos el problema de nuestra investigación: ¿De qué manera, los ejercicios de improvisación fortalecen la desinhibición corporal en los estudiantes de los talleres extracurriculares de la Universidad Peruana Cayetano Heredia?

1.3. DETERMINACIÓN DE OBJETIVOS

1.3.1. Objetivo general

Demostrar que los ejercicios de improvisación fortalecen significativamente la desinhibición corporal en los estudiantes de los talleres extracurriculares de la Universidad Peruana Cayetano Heredia.

1.3.2. Objetivos específicos

1. Fortalecer la desinhibición corporal en los estudiantes de los talleres extracurriculares de la Universidad Peruana Cayetano Heredia, mediante la aplicación de ejercicios de improvisación.
2. Fortalecer el movimiento corporal en los estudiantes de los talleres extracurriculares de la Universidad Peruana Cayetano Heredia, mediante la aplicación de ejercicios de improvisación.
3. Fortalecer el gesto corporal en los estudiantes de los talleres extracurriculares de la Universidad Peruana Cayetano Heredia, mediante la aplicación de ejercicios de improvisación.
4. Fortalecer la postura corporal en los estudiantes de los talleres extracurriculares de la Universidad Peruana Cayetano Heredia, mediante la aplicación de ejercicios de improvisación.

1.4. MATRIZ DE CONSISTENCIA

“Estudio del fortalecimiento de la desinhibición corporal en los estudiantes de los talleres extracurriculares de la Universidad Peruana Cayetano Heredia, como base para una propuesta pedagógica basada en ejercicios de improvisación.- 2016”

PROBLEMA	OBJETIVOS	HIPÓTESIS	METODOLOGÍA	VARIABLES
<p>Problema general</p> <p>¿Cómo influye la aplicación de un taller de ejercicios de improvisación para fortalecer la desinhibición corporal en los estudiantes de los talleres extracurriculares de la Universidad Peruana Cayetano Heredia, del distrito de San Martín de Porres.</p>	<p>Objetivo general:</p> <p>Determinar la influencia en la aplicación de un taller de ejercicios de improvisación para fortalecer la desinhibición corporal en los estudiantes de los talleres extracurriculares de la Universidad Peruana Cayetano Heredia, del distrito de San Martín de Porres.</p> <p>Objetivo específico:</p> <p>1. Conocer el nivel de desinhibición corporal en los estudiantes de los talleres extracurriculares de la Universidad Peruana Cayetano Heredia, del distrito de San Martín de Porres antes de la aplicación de un taller de ejercicios de improvisación.</p> <p>2. Validar la aplicación de un taller de ejercicios de improvisación para fortalecer el gesto, la postura y el movimiento corporal, en los estudiantes de los talleres</p>	<p>Hipótesis</p> <p>- La aplicación de un taller de ejercicios de improvisación influye significativamente en el fortalecimiento de la desinhibición corporal en los estudiantes de los talleres extracurriculares de la Universidad Peruana Cayetano Heredia, del distrito de San Martín de Porres.</p> <p>H1. El nivel de fortalecimiento de desinhibición corporal en los estudiantes de los talleres extracurriculares de la Universidad Peruana Cayetano Heredia, del distrito de San Martín de Porres, antes de la aplicación de un taller de ejercicios de improvisación teatral es bajo.</p> <p>H2. El taller de ejercicios de improvisación teatral, aplicada de manera sistematizada permitirá fortalecer el gesto, la postura y el movimiento corporal, en los estudiantes de los talleres extracurriculares de la Universidad Peruana Cayetano Heredia, del distrito</p>	<p>Método de investigación</p> <p>- Descriptivo, por observación y comparativo.</p> <p>Tipo de investigación</p> <p>- Tipo pre experimental</p> <p>Diseño de investigación -</p> <p>Pre experimental, con aplicaciones pre test y post test.</p> <p>M 01 x 02</p> <p>M = Muestra o grupo</p> <p>01 = Primera observación</p> <p>02 = Observación final</p> <p>x = Aplicación del taller</p> <p>Población:</p> <p>- 20 estudiantes del taller de ejercicios de improvisación para fortalecer la desinhibición corporal de los talleres extracurriculares de la Universidad Peruana Cayetano Heredia.</p>	<p>Variable dependiente</p> <p>Desinhibición corporal.</p> <p>Indicadores:</p> <p>1.- Exploran las posibilidades expresivas de su cuerpo en el espacio con desinhibición.</p> <p>2.- Exteriorizan sus emociones frente a diversas sensaciones o estímulos al movilizarse por el espacio.</p> <p>3.- Descubren los recursos expresivos de su rostro con soltura y libertad.</p> <p>4.- Disfrutan al expresarse gestualmente con todo su cuerpo y su voz con soltura y dinamismo.</p> <p>5.- Descubren la Imitación postural de personajes, objetos y animales con creatividad y espontaneidad.</p> <p>6.- Utilizan una adecuada postura corporal en improvisaciones individuales y grupales con seguridad y precisión.</p> <p>Variable independiente</p> <p>Ejercicios de improvisación.</p> <p>Indicadores:</p> <p>1.- Ubican sus tensiones corporales y las diseminan.</p> <p>2.- Entregan su peso al compañero de manera parcial.</p> <p>3.- Entregan su peso al compañero por completo y con liviandad.</p>

	<p>extracurriculares de la Universidad Peruana Cayetano Heredia, del distrito de San Martín de Porres.</p> <p>3. Conocer el nivel de desinhibición corporal en los estudiantes de los talleres extracurriculares de la Universidad Peruana Cayetano Heredia, del distrito de San Martín de Porres, después de la aplicación de un taller de ejercicios de improvisación.</p>	<p>de San Martín de Porres.</p> <p>H3. El nivel de fortalecimiento de desinhibición corporal en los estudiantes de los talleres extracurriculares de la Universidad Peruana Cayetano Heredia, del distrito de San Martín de Porres, después de la aplicación sistematizada del taller de ejercicios de improvisación debe ser mayor que antes de la aplicación.</p> <p>La propuesta pedagógica basada en ejercicios de improvisación fortalece significativamente la desinhibición corporal en los estudiantes: Descubrimiento personal, confianza en uno mismo Capacidad de Crear y de resolver problemas. Trabajo en equipo.</p>	<p>4.- Reconocen su ser al identificarse con el compañero.</p> <p>5.- Interactúan con los compañeros durante los ejercicios propuestos</p> <p>6.- Reconocen el desarrollo de su pensamiento al proponer ideas para la solución de problemas</p> <p>7.- Demuestran soluciones ingeniosas y creativas a través de resolución de problemas en diferentes situaciones dramáticas que se plantee, ya sea personal o grupal.</p> <p>8.- Desarrollan habilidades y estrategias a través de la realización de una improvisación grupal.</p> <p>9.- Desarrollan la capacidad de organización y planificación por medio de una improvisación grupal.</p>
--	--	--	--

CAPÍTULO II

MARCO TEÓRICO

2.1 Antecedentes de la investigación.

En la Escuela Nacional Superior de Arte Dramático existen investigaciones referidas al tema de la improvisación, en distintos niveles pero con un mismo objetivo. Estos referentes son directos, ya que se ajustan al tema y nivel que planteamos. Los presentamos porque resultan motivadores por las ideas planteadas y el nivel alcanzado:

1. PALOMINO URIARTE, Jessica. La improvisación como estrategia metodológica que desarrolla la expresión y comunicación oral en el niño del primer ciclo de Educación Primaria. Lima, ENSAD, 1998.

Este trabajo de investigación aborda el tema de la improvisación como estrategia para desarrollar el lenguaje verbal, el vocabulario, la pronunciación, la expresión y la comunicación oral en los niños frente a las dificultades presentadas como: fluidez verbal, organización de ideas para expresarlas, pobre dominio del vocabulario e idioma, dificultades en la pronunciación y articulación y sobre todo temor de hablar y de creer que lo que dice y piensa es lo correcto.

Nos sirven como referencia las siguientes conclusiones (p,):

- “Las actividades dramáticas pueden convertirse en una alternativa metodológica para utilizarse en el aula y permitir el desarrollo y mejoramiento de la expresión oral del niño.”
- “Existen diversos procesos de interacción en el aula, que pueden permitir la intervención del alumno, sin embargo, es importante descubrir nuevas estrategias que permita esta participación oral, buscando la expresión sincera y propia del alumno.”

2. LORA CUENTAS, Isadora Lucia. Improvisación teatral para la disminución de conductas de exclusión y autoexclusión en las alumnas del 4to “G” de Educación Secundaria del colegio Mercedes Indacochea. Lima, ENSAD, 2011

Este trabajo de investigación aborda el tema de la improvisación como posibilidad de abordar temas de exclusión y autoexclusión de los hijos/as de migrantes que crecen y viven en conflicto continuo por la miseria en la que se desenvuelven y por la raza o mestizaje a la que pertenecen, lo que limita su desarrollo como ciudadanos/as que trabajen por la construcción de una sociedad más sana, a través del juego y sus múltiples manifestaciones creativas.

Nos sirven como referencia las siguientes conclusiones (p 153-154):

- “La improvisación teatral contribuyo a mejorar su participación en el grupo, aportando a partir de la escucha, con creatividad, tolerancia y el desarrollo de una autoestima imprescindible para participar constructivamente en todos los proyectos grupales que tenga que desarrollar en su proceso de formación tanto académica como humana.”
- “Desarrollaron la capacidad de expresar más asertivamente sus deseos, pensamientos y necesidades y han tomado conciencia de la problemática que se ha trabajado a partir del dialogo de sus respectivos orígenes. Lo cual ha generado un desarrollo a nivel actitudinal ya que han reforzado la capacidad de expresarse, actuar proactivamente y trabajar en equipo, de manera integrada y aportando posibles respuestas a la resolución de conflictos.

2.2 Bases Teórico-científicas

2.2.1. Principales teorías:

2.2.1.1. Corriente Filosófica

La filosofía se puede definir como una disciplina que se aplica según la cultura en que se vive, las corrientes filosóficas son bastante amplias. El existencialismo es una corriente filosófica que proviene etimológicamente de los vocablos latinos: Ex – Sistere, Existentia, que significan “lo que está ahí”, “lo que es”. También Ex – Sistit, que significa “lo que está afuera” la existencia es equiparable a la realidad, lo que está “Ex” de la cosa que es. El existencialismo, “lucha contra toda concepción del hombre que le considere independiente de sus relaciones con el mundo, como alma pura, conciencia pura, yo puro o espíritu puro”.

El existencialismo es una de las corrientes filosóficas más importante del siglo XX. Uno de sus representantes es: Soren Aabye Kierkegaard, cuyo pensamiento está en el yo como ser individual: “De nada sirve a los hombres querer determinar primeramente lo exterior y luego el elemento constitutivo. Se debe, en primer lugar, aprender a conocerse a sí mismo antes de conocer otra cosa”. El yo debe entenderse, como relación consigo mismo, el yo es autorrelación.

2.2.1.2. Corriente Pedagógica

La pedagogía se puede definir como la ciencia que se ocupa de la educación y de la enseñanza, es decir, de cómo hay que enseñar. La Escuela Nueva o Activa es una corriente pedagógica, un movimiento de renovación de las escuelas, que viene de diversos autores y surge como reacción a la “Escuela Tradicional”. Uno de sus representantes es Pablo Montesinos, quien destaca la necesidad de una interacción afectuosa entre los docentes y el alumnado. Defiende la educación para todos, la igualdad de oportunidades de la mujer y la importancia de la Educación en Valores.

2.2.1.3. Corriente Psicológica

La psicología es la ciencia del comportamiento. Las teorías psicológicas influyen significativamente en la educación. Una de las teorías cognitivas y sociales que ha conseguido mayor auge es La teoría socio - histórica de Vigotsky, que propone un aprendizaje guiado y da mucha importancia de dónde venimos y qué cultura tiene el pueblo. "El origen social del pensamiento y la mediación se encuentra en la Zona del Desarrollo Próximo (ZDP), que es la distancia entre el Nivel de Desarrollo Real y el Nivel de Desarrollo Potencial".

2.2.2. Otras investigaciones

2.2.2.1. Pedagogía teatral

Según Verónica Huidobro, la Pedagogía Teatral, como arte en funcionamiento, significa tener la posibilidad de implementar, mediante la metodología de la expresión, una estrategia de trabajo multifacética que vincula el Teatro con la Educación. Mediante la Expresión Dramática, la Pedagogía Teatral busca potenciar las habilidades cognitivas, psicomotoras y afectivas de las personas, estimular la inclusión en la comunidad educativa y promover el aprendizaje significativo como eje central de la acción docente. Puede insertarse como: Taller de Expresión, factible de ser desarrollado en el Área de Orientación atendiendo los Objetivos Fundamentales Transversales. Su implementación curricular está mediada por la tendencia del Socialismo Crítico que acentúa la importancia del entorno, la realidad concreta de los estudiantes con los cuales se está desplegando la acción pedagógica mediante las Artes Escénicas.

Según Keith Johnstone, en cuanto a la educación como sustancia:

la gente piensa que los profesores buenos y malos están involucrados en la misma actividad, como si la educación fuera una sustancia, y que los profesores malos aportan poca sustancia y los buenos mucha. Esto hace difícil comprender que la educación puede ser un proceso destructivo, que los malos profesores están arruinando el talento y que los profesores buenos y malos están involucrados en actividades opuestas. (P.4)

(...) Pienso que un buen profesor puede obtener resultados exitosos utilizando cualquier método y que un mal profesor puede arruinar cualquier método. (...) Un buen grupo puede propulsar a sus miembros para que consigan logros sorprendentes. (P.16)

2.2.2.2 Teatro – Improvisación

2.2.2.2.1. Teatro: concepto

Etimológicamente la palabra "teatro" proviene del griego θέατρον (theatron = "lugar para ver") y este del sustantivo θέα (thea = visión) que encontramos en la palabra teoría, y esta está relacionada con el verbo θέαομαι (contemplar, considerar, ser espectador), de modo que teatro con su sufijo -tro significa "medio de contemplación".

Según la RAE la palabra teatro es: "Arte de componer obras dramáticas, o de representarlas."

Según Constantin Stanislavski en el Manual del Actor, el campo de la estética es el campo del teatro. El posee la riqueza más grande, los medios más poderosos para afectar a miles de espectadores a un tiempo y de estimular sus emociones artísticas. (P, 134)

Según Sergio Arrau: Si consideramos al teatro como un “instrumento” en la formación de la personalidad, creemos que el aporte que proporciona al hombre se efectúa en cuatro campos, a saber:

1.- Como ayuda intelectual, estimamos que el teatro desarrolla principalmente, la imaginación creadora, la concentración, la memoria y la agilidad mental.

2.- Como ayuda en el aspecto físico, su acción se desenvuelve en dos aspectos: la postura y la voz

3.- Cómo ayuda en lo psicológico y social, podemos señalar esta ayuda en dos direcciones: hacia uno mismo y de uno mismo hacia los demás.

4.- Cómo ayuda profesional, resulta obvia la importancia del teatro para todo hombre, para todo profesional y muy especialmente para aquellos que tienen que presentarse constantemente ante un auditorio, sean ellos profesores, conferencistas, locutores, sacerdotes, vendedores, etc. Estos profesionales necesitan, indispensablemente, una adecuada presencia física y una voz bien colocada. *(P, 54 – 60)*

2.2.2.2.2. Otros conceptos

“El teatro, un atajo pedagógico”. F. G. Lorca

“Quienquiera que condene el teatro es un enemigo de su país”
Voltaire

“Actores somos todos nosotros, y ciudadano no es aquél que vive en sociedad: ¡es aquel que la transforma! Todos debemos hacer teatro para averiguar quiénes somos y descubrir quiénes podemos

llegar a ser”. Boal

“El teatro no se hace para contar las cosas sino para cambiarlas.”

Vittorio Gassman

2.2.2.2.3. Improvisación: concepto

Etimológicamente, la palabra improvisación se refiere a la acción y efecto de improvisar. El verbo improvisar viene de improviso y este del latín *improvisus* (sin previo aviso).

Según la RAE, la palabra improvisación significa de improviso. Hacer algo de pronto, sin estudio ni preparación.

Según Sergio Arrau, la práctica de la Improvisación se divide en:

1.- Improvisación inmediata dual, (...) Generalmente los improvisadores concentran casi toda su actividad en lo oral. Razón por la cual se debe pedir que realicen acciones físicas, esto es, que actúen, hagan cosas y no solamente a hablar. (P. 145)

2.- Improvisación concertada, este tipo de improvisación se establece cuando hay acuerdo previo entre los participantes para lo cual se les da un tiempo de concertación, en el que se fija el argumento de lo que sucederá, el lugar o lugares de acción donde transcurrirá y los personajes que llevarán a cabo la historia. (P. 147)

Según Constantin Stanislavski en el Manual del Actor, la improvisación es el punto de partida en el entrenamiento de sus

actores. En sus clases de actuación hacen uso frecuente de la improvisación. Estas clases denominadas de poder creador le proporcionan frescura e independencia a una representación. (...) “Las improvisaciones que se efectúan por si mismas son una forma excelente de desarrollar la imaginación”. (P. 86)

Según Charna Halpern, Del Close y Kim Howard Johnson: ¿Qué es exactamente la improvisación? La verdadera improvisación es algo más que un simple aderezo que añadimos a una comedia normal previamente ensayada. Y tampoco es solo una herramienta que se utiliza para desarrollar escenas ya planteadas. La verdadera improvisación consiste en subir al escenario y actuar sin ninguna preparación ni planificación.

Según Keith Johnstone, la improvisación consiste en que el improvisador debe entender que su principal habilidad radica en liberar la imaginación de su compañero. (P. 85)

El improvisador debe ser como un hombre que camina hacia atrás. Ve donde ha estado, pero no presta atención al futuro. (P. 108)

Un improvisador no debería preocuparse del contenido porque éste llega automáticamente. Esto es verdadero y también falso. (P. 134)

CAPITULO III

METODOLOGIA DE LA INVESTIGACION

3.1. Diseño de la investigación

Investigación aplicada o experimental de tipo pre experimental, pre test y post test, con un sólo grupo experimental. El método de investigación utilizado es científico, tenemos en cuenta la experimentación para demostrar la validez de la hipótesis planteada.

M 01 x 02

M = Muestra o grupo

O1= Primera observación

O2 = Observación final

X = Aplicación del taller

3.2. Sistema de Hipótesis

3.2.1 Hipótesis general

La propuesta pedagógica basada en ejercicios de improvisación, fortalece significativamente la desinhibición corporal en los estudiantes de los talleres extracurriculares de la “Universidad Peruana Cayetano Heredia, del distrito de San Martín de Porres.”

3.2.2 Hipótesis específicas

1.- La propuesta pedagógica basada en ejercicios de improvisación, fortalece significativamente el movimiento corporal en los estudiantes de

los talleres extracurriculares de la “Universidad Peruana Cayetano Heredia, del distrito de San Martín de Porres.”

2.- La propuesta pedagógica basada en ejercicios de improvisación, fortalece significativamente el gesto corporal en los estudiantes de los talleres extracurriculares de la “Universidad Peruana Cayetano Heredia, del distrito de San Martín de Porres.”

3.- La propuesta pedagógica basada en ejercicios de improvisación, fortalece significativamente la postura corporal en los estudiantes de los talleres extracurriculares de la “Universidad Peruana Cayetano Heredia, del distrito de San Martín de Porres.”

3.3. Variables e indicadores

3.3.1 Variables Independientes e indicadores

3.3.1. 1. Variable independiente

Ejercicios de Improvisación.

Definición conceptual

Propuesta metodológica de un programa de ejercicios de improvisación del teatro para potenciar la desinhibición verbal.

Indicadores:

- 1- Ubican sus tensiones corporales y las diseminan.
- 2- Entregan su peso al compañero de manera parcial.
- 3- Entregan su peso al compañero por completo y con liviandad.
- 4- Reconocen su ser al identificarse con el compañero.
- 5- Interactúan con los compañeros durante los ejercicios propuestos
- 6 - Reconocen el desarrollo de su pensamiento al proponer ideas para la solución de problemas

7- Demuestran soluciones ingeniosas y creativas a través de resolución de problemas en diferentes situaciones dramáticas que se plantee, ya sea personal o grupal.

8- Desarrollan habilidades y estrategias a través de la realización de una improvisación grupal.

9- Desarrollan la capacidad de organización y planificación por medio de una improvisación grupal.

3.3.2 Variables Dependientes e indicadores

3.3.2.1 Variable dependiente

Desinhibición corporal

Definición conceptual: habilidad que maneja la persona con su cuerpo para comunicarse e interrelacionarse con los demás”.

Indicadores:

1.- Exploran las posibilidades expresivas de su cuerpo en el espacio con desinhibición.

2.- Exteriorizan sus emociones frente a diversas sensaciones o estímulos al movilizarse por el espacio.

3 - Descubren los recursos expresivos de su rostro con soltura y libertad.

4.- Disfrutan al expresarse gestualmente con todo su cuerpo y su voz con soltura y dinamismo.

5 - Descubren la Imitación postural de personajes, objetos y animales con creatividad y espontaneidad.

6 - Utilizan una adecuada postura corporal en improvisaciones individuales y grupales con seguridad y precisión.

CAPITULO IV
TRABAJO DE CAMPO

4.1. Descripción de la Población y muestra

4.1.1. Población

20 estudiantes de I y II ciclo de educación superior de la Universidad Peruana Cayetano Heredia del distrito de San Martín de Porres

4.1.2. Muestra

19 estudiantes de I y II ciclo

Muestra no probabilística.

Varones	08
Mujeres	11

4.2. Descripción de la investigación propiamente dicha o el programa de aplicación con que se llevó a cabo la investigación.

La muestra está constituida por los estudiantes de los talleres extracurriculares de la Universidad Peruana Cayetano Heredia del distrito de San Martín de Porres. Está dividido en tres apartados, correspondientes a las tres dimensiones de la desinhibición corporal. Evalúa lo siguiente: el movimiento corporal, el gesto corporal y la postura corporal.

4.2.1 Esquema del modulo

4.2.1.1. Operacionalización de variables

VARIABLES	DIMENSIONES O COMPONENTES	INDICADORES	ITEMS	
			Encuesta	Ficha de obs.
<p>VARIABLE I.</p> <p>Ejercicios de Improvisación</p> <p>Definición conceptual.</p> <p>“La improvisación, es una técnica de actuación donde el actor representa algo imprevisto, no preparado de antemano e 'inventado' al calor de la acción” (Pavis, 1980, p.271)</p> <p>Definición operacional.</p> <p>“Para efectos de la presente investigación definiremos ejercicios de Improvisación, como ejercicios libres y dinámicos que tienen la capacidad de preparar a las personas a resolver situaciones inesperadas con soltura y libertad”.</p>	<p>Dimensión A</p> <p>Ejercicios de confianza</p> <p>Definición conceptual, “son ejercicios que estimulan el desarrollo de la confianza mutua entre los miembros del grupo. Crean un clima de confianza que prepara al grupo para realizar dinámicas o trabajar temas más profundos” (Inakaki - De Idiáquez, 2001, p.124)</p> <p>Definición operacional, I “Para efectos de la presente investigación definiremos ejercicios de confianza como ejercicios de estimulación que propician el acercamiento de las personas para conocerse mejor, cuidarse y</p>	<p>-. Ubican sus tensiones corporales y las diseminan</p> <p>- Entregan su peso al compañero de manera parcial.</p> <p>- Entregan su peso al compañero por</p>	<p>1a ¿Me es útil ubicar mis zonas de tensión y diseminarlas?</p> <p>a) Siempre</p> <p>b) Algunas veces</p> <p>c) Nunca.</p> <p>1b ¿Disfruto reconociendo las zonas de tensión de mi cuerpo?</p> <p>a) Siempre</p> <p>b) Algunas veces</p> <p>c) Nunca.</p> <p>1c ¿Me resulta fácil entregar el peso de manera parcial al compañero?</p> <p>a) Siempre</p> <p>b) Algunas veces</p> <p>c) Nunca.</p> <p>1d ¿Disfruto al entregar el peso de manera parcial al compañero?</p> <p>a) Siempre</p> <p>b) Algunas veces</p> <p>c) Nunca.</p> <p>1e ¿Me resulta fácil entregar el peso por completo y con</p>	<p>1a ¿Ubica sus zonas de tensión y las disemina?</p> <p>a) Si</p> <p>b) No</p> <p>c)A veces</p> <p>1b ¿Disfruta al reconocer las zonas de tensión de su cuerpo?</p> <p>a) Si</p> <p>b) No</p> <p>c)A veces</p> <p>1c ¿Le resulta fácil entregar su peso de manera parcial al compañero?</p> <p>a) Si</p> <p>b) No</p> <p>c)A veces</p> <p>1d ¿Disfruta al entregar su peso de manera parcial al compañero?</p> <p>a) Si</p> <p>b) No</p> <p>c)A veces</p> <p>1e ¿Le resulta fácil entregar su peso por completo y con</p>

	respetarse.	completo y con liviandad.	liviandad al compañero? a) Siempre b) Algunas veces c) Nunca. 1f ¿Disfruto al entregar el peso por completo y con liviandad al compañero? a) Siempre b) Algunas veces c) Nunca. 1g ¿Me es fácil confiar en mi compañero durante la entrega de peso parcial y completo? a) Siempre b) Algunas veces c) Nunca. 1h ¿Me resulta fácil hablar sobre mí persona, frente a los compañeros? a) Siempre b) Algunas veces c) Nunca. 1i ¿Me resulta fácil hablar sobre los compañeros en frente de ellos?	liviandad? a) Si b) No c)A veces 1f ¿Disfruta al entregar su peso por completo y con liviandad al compañero? a) Si b) No c)A veces 1g ¿Le es fácil confiar en su compañero durante la entrega de su peso parcial y completo? a) Si b) No c)A veces 1h ¿Le resulta fácil hablar sobre su persona, frente a sus compañeros? a) Si b) No c)A veces 1i ¿Le resulta fácil hablar sobre sus compañeros en frente de ellos?
--	-------------	---------------------------	--	--

		- Interactúan con los compañeros durante los ejercicios propuestos	<p>a) Siempre</p> <p>b) Algunas veces</p> <p>c) Nunca.</p> <p>1j ¿Disfruto comunicarme con los compañeros en los ejercicios de confianza?</p> <p>a) Siempre</p> <p>b) Algunas veces</p> <p>c) Nunca.</p> <p>1k ¿Me es fácil interactuar con los compañeros durante la realización de los ejercicios de contacto?</p> <p>a) Siempre</p> <p>b) Algunas veces</p> <p>c) Nunca.</p>	<p>a) Si</p> <p>b) No</p> <p>c)A veces</p> <p>1j ¿Disfruta comunicarse con los compañeros durante los ejercicios de confianza?</p> <p>a) Si</p> <p>b) No</p> <p>c)A veces</p> <p>1k ¿Le es fácil interactuar con los compañeros durante la realización de los ejercicios de contacto?</p> <p>a) Si</p> <p>b) No</p> <p>c) A veces.</p>
	<p>Dimensión B</p> <p>Ejercicios de Creatividad y Solución de Problemas.</p> <p>Definición conceptual, “Los ejercicios de creatividad y solución de problemas, son ejercicios que estimulan la flexibilidad del pensamiento,</p>	- Reconocen el desarrollo de su pensamiento al proponer ideas para la solución de problemas.	<p>1a ¿Disfruto al expresarme con libertad al contar historias ilógicas?</p> <p>a) Siempre</p> <p>b) Algunas veces</p> <p>c) Nunca.</p> <p>1b ¿Me es útil diferenciar entre una buena idea y una no muy buena?</p> <p>a) Siempre</p> <p>b) Algunas veces</p>	<p>1a ¿Disfruta expresarse con libertad al contar historias ilógicas?</p> <p>a) Si</p> <p>b) No</p> <p>c)A veces</p> <p>1b ¿Diferencia entre una buena idea y una no muy buena?</p> <p>a) Si</p> <p>b) No</p> <p>c)A veces</p>

	<p>desarrollan la capacidad para enfrentar y solucionar problemas y posibilitan el desarrollo de respuestas creativas frente a diversas situaciones tanto a nivel grupal como individual. (Inakaki - De Idiáquez, 2001, p.132)</p> <p>Definición operacional, "Para efectos de la presente investigación definiremos ejercicios de creatividad y solución de Problemas como ejercicios de habilidad mental para tomar riesgos y explorar múltiples soluciones."</p>	<p>- Demuestran soluciones ingeniosas y creativas a través de resolución de problemas en diferentes situaciones dramáticas que se plantee, ya sea personal o grupal.</p>	<p>c) Nunca.</p> <p>1c ¿Reconozco la fluidez de mi pensamiento al proponer diversas ideas de solución de problemas?</p> <p>a) Siempre</p> <p>b) Algunas veces</p> <p>c) Nunca.</p> <p>1d ¿Me es útil emitir una o varias ideas de manera certera durante las improvisaciones grupales?</p> <p>a) Siempre</p> <p>b) Algunas veces</p> <p>c) Nunca.</p> <p>1e ¿Me es fácil deducir soluciones ingeniosas y creativas en diferentes improvisaciones dramáticas?</p> <p>a) Siempre</p> <p>b) Algunas veces</p> <p>c) Nunca.</p>	<p>1c ¿Reconoce la fluidez de su pensamiento al proponer diversas ideas de solución de problemas?</p> <p>a) Si</p> <p>b) No</p> <p>c)A veces</p> <p>1d ¿Piensa y propone ideas de solución de problemas de manera creativa?</p> <p>a) Si</p> <p>b) No</p> <p>c)A veces</p> <p>1e ¿Deduce con facilidad soluciones ingeniosas y creativas en diferentes improvisaciones dramáticas?</p> <p>a) Si</p> <p>b) No</p> <p>c)A veces</p>
	<p>Dimensión C</p> <p>Ejercicios de Trabajo en equipo.</p>	<p>- . Desarrollan habilidades y estrategias a través de la realización de una</p>	<p>1a ¿Me es útil desarrollar habilidades y estrategias durante las improvisaciones</p>	<p>1a ¿Desarrolla habilidades y estrategias durante las improvisaciones grupales?</p>

	<p>Definición conceptual, “Los ejercicios de Trabajo en equipo son ejercicios que desarrollan entre los participantes la interdependencia positiva que facilite el logro de una meta común”. Inakaki - De Idiáquez, 2001, p.172)</p> <p>Definición operacional</p> <p>. “Para efectos de la presente investigación definiremos ejercicios de trabajo en equipo como ejercicios que desarrollan las capacidades y habilidades de las personas para liderar o compartir responsabilidades.</p>	<p>improvisación grupal.</p> <p>- Desarrollan la capacidad de organización y planificación por medio de una improvisación grupal.</p>	<p>grupales?</p> <p>a) Siempre</p> <p>b) Algunas veces</p> <p>c) Nunca.</p> <p>1b ¿Disfruto al proponer estrategias durante las improvisaciones grupales?</p> <p>a) Siempre</p> <p>b) Algunas veces</p> <p>c) Nunca.</p> <p>1c ¿Me es útil desarrollar capacidades de organización y planificación durante las improvisaciones grupales?</p> <p>a) Siempre</p> <p>b) Algunas veces</p> <p>c) Nunca.</p> <p>1d ¿Disfruto con los compañeros al organizar y planificar diversas improvisaciones grupales?</p> <p>a) Siempre</p> <p>b) Algunas veces</p> <p>c) Nunca.</p>	<p>a) Si</p> <p>b) No</p> <p>c)A veces</p> <p>1b ¿Disfruta proponiendo estrategias durante las improvisaciones grupales?</p> <p>a) Si</p> <p>b) No</p> <p>c)A veces</p> <p>1c ¿Desarrolla capacidades de organización y planificación durante las improvisaciones grupales?</p> <p>a) Si</p> <p>b) No</p> <p>c)A veces</p> <p>1d ¿Disfruta con los compañeros organizar y planificar diversas improvisaciones grupales?</p> <p>a) Si</p> <p>b) No</p> <p>c)A veces</p>
VARIABLE D. Desinhibición	Dimensión A Movimiento	1.- Exploran las posibilidades	1a ¿Me es fácil trasladarme en el espacio con	1a ¿Le es fácil trasladarse en el

<p>corporal</p> <p>Definición conceptual.</p> <p>" Gorenstein y Newman, se refiere a la conducta humana que ha sido interpretada como haciendo de disminución de controles en tendencias de respuestas"</p> <p>(Aluja, 1991, p.21).</p> <p>Definición operacional</p> <p>"Para efectos de la presente investigación definiremos desinhibición corporal como, la habilidad que maneja la persona con su cuerpo para comunicarse e interrelacionarse con los demás".</p>	<p>Definición conceptual, "el movimiento es el cambio de situación de un ser corpóreo en el espacio".</p> <p>(Motos 1983, p. 55)</p> <p>Definición operacional, "Para efectos de la presente investigación definiremos movimiento, como la reacción del cuerpo en el espacio producido por diversas sensaciones o estímulos.</p>	<p>expresivas de su cuerpo en el espacio con desinhibición.</p> <p>2.- Exteriorizan sus emociones frente a diversas sensaciones o estímulos al movilizarse por el espacio.</p>	<p>soltura y libertad durante los ejercicios propuestos?</p> <p>a) Siempre</p> <p>b) Algunas veces</p> <p>c) Nunca.</p> <p>1b ¿Disfruto reconociendo las posibilidades de movimiento con mi cuerpo en un espacio determinado?</p> <p>a) Siempre</p> <p>b) Algunas veces</p> <p>c) Nunca.</p> <p>1c ¿Me es útil movilizarme por el espacio con desinhibición?</p> <p>a) Siempre</p> <p>b) Algunas veces</p> <p>c) Nunca.</p> <p>1d ¿Disfruto al exteriorizar mis emociones por el espacio frente a diversas sensaciones o estímulos?</p> <p>a) Siempre</p> <p>b) Algunas veces</p> <p>c) Nunca.</p>	<p>espacio con soltura y libertad durante los ejercicios propuestos?</p> <p>a) Si</p> <p>b) No</p> <p>c)A veces</p> <p>1b ¿Disfruta reconociendo posibilidades de movimiento con su cuerpo en un espacio determinado?</p> <p>a) Si</p> <p>b) No</p> <p>c)A veces</p> <p>1c ¿Se moviliza por el espacio con desinhibición?</p> <p>a) Si</p> <p>b) No</p> <p>c)A veces</p> <p>1d ¿Disfruta exteriorizar sus emociones en el espacio frente a diversas sensaciones o estímulos?</p> <p>a) Si</p> <p>b) No</p> <p>c)A veces</p>
---	--	--	--	---

	<p>Dimensión B</p> <p>Gesto</p> <p>Definición conceptual. “el gesto es un movimiento significativo, es algo intencional y cargado de sentido que pone en cuestión toda la personalidad entera” (Motos, 1983, p.15).</p> <p>Definición operacional, “Para efectos de la presente investigación definiremos gesto, como expresión ingenua y voluntaria del rostro en concordancia con el cuerpo y las emociones presente en las personas en diferentes situaciones cotidianas</p>	<p>1.- Descubren los recursos expresivos de su rostro con soltura y libertad.</p> <p>2.- Disfrutan al expresarse gestualmente con todo su cuerpo y su voz con soltura y dinamismo.</p>	<p>1a ¿Disfruto la exploración de mi rostro por el compañero al formar otros rostros?</p> <p>a) Siempre</p> <p>b) Algunas veces</p> <p>c) Nunca.</p> <p>1b ¿Disfruto reconociendo las posibilidades de expresarme con el rostro con soltura y libertad?</p> <p>a) Siempre</p> <p>b) Algunas veces</p> <p>c) Nunca.</p> <p>1c ¿Me resulta fácil expresarme gestualmente con el compañero en los ejercicios propuestos?</p> <p>a) Siempre</p> <p>b) Algunas veces</p> <p>c) Nunca.</p> <p>1d ¿Disfruto con los compañeros al expresarnos gestualmente acompañados del cuerpo y la voz?</p> <p>a) Siempre</p> <p>b) Algunas veces</p> <p>c) Nunca.</p>	<p>1a ¿Disfruta que su compañero explore su rostro formando otros rostros?</p> <p>a) Si</p> <p>b) No</p> <p>c)A veces</p> <p>1b ¿Disfruta reconociendo las posibilidades de expresión con su rostro con soltura y libertad?</p> <p>a) Si</p> <p>b) No</p> <p>c)A veces</p> <p>1c ¿Le resulta fácil expresarse gestualmente con su compañero en los ejercicios propuestos?</p> <p>a) Si</p> <p>b) No</p> <p>c)A veces</p> <p>1d ¿Disfruta expresarse gestualmente con los compañeros acompañados de sus cuerpos y sus voces?</p> <p>a) Si</p> <p>b) No</p>
--	--	--	---	---

				c)A veces
	<p>Dimensión C</p> <p>Postura</p> <p>Definición conceptual, “posición que adoptamos con nuestro cuerpo para realizar una acción determinada. El tono muscular es el encargado de mantener la actitud postural”</p> <p>(Villada, 1997, p.121).</p> <p>Definición operacional, “Para efectos de la presente investigación definiremos postura como la colocación total del cuerpo en estado de reposo o presión en un determinado espacio.</p>	<p>1.- Descubren la Imitación postural de personajes, objetos y animales con creatividad y espontaneidad.</p>	<p>1a ¿Identifico a través de mi cuerpo la postura corporal de diversos animales?</p> <p>a) Siempre</p> <p>b) Algunas veces</p> <p>c) Nunca.</p> <p>1b ¿Identifico a través de mi cuerpo la postura corporal de diversos personajes de comics?</p> <p>a) Siempre</p> <p>b) Algunas veces</p> <p>c) Nunca.</p> <p>1c ¿Identifico a través de mi cuerpo la postura corporal de diversos objetos</p> <p>a) Siempre</p> <p>b) Algunas veces</p> <p>c) Nunca.</p> <p>1d ¿Me es útil tener una adecuada postura corporal al relacionarme con los compañeros?</p> <p>a) Siempre</p> <p>b) Algunas veces</p>	<p>1a ¿Identifica a través de su cuerpo la postura corporal de diversos animales?</p> <p>a) Si</p> <p>b) No</p> <p>c)A veces</p> <p>1b ¿Identifica a través de su cuerpo la postura corporal de diversos personajes de comics?</p> <p>a) Si</p> <p>b) No</p> <p>c)A veces</p> <p>1c ¿Identifica a través de su cuerpo la postura corporal de diversos objetos?</p> <p>a) Si</p> <p>b) No</p> <p>c)A veces</p> <p>1d ¿Tiene una adecuada postura corporal al relacionarse con sus compañeros?</p> <p>a) Si</p> <p>b) No</p> <p>c)A veces</p>

		2.- Utilizan una adecuada postura corporal en improvisaciones individuales y grupales con seguridad y precisión	<p>c) Nunca.</p> <p>1e ¿Me es fácil utilizar una adecuada postura corporal en las improvisaciones grupales?</p> <p>a) Siempre</p> <p>b) Algunas veces</p> <p>c) Nunca.</p>	<p>1e ¿Utiliza una adecuada postura corporal durante las improvisaciones grupales?</p> <p>a) Si</p> <p>b) No</p> <p>c)A veces</p>
--	--	---	--	---

4.2.1.2. RELACIÓN DE COMPONENTES

Componentes de la VI EJERCICIOS DE IMPROVISACIÓN	Señalar con una flecha sobre que componente de la VD va a operar el componente de la VI	Componentes de la VD DESINHIBICIÓN CORPORAL
Cvi1 Ejercicios de confianza.		Cvd1 Movimiento
Cvi2 Ejercicios de creatividad y solución de problemas.		Cvd2 Gesto
Cvi3 Ejercicios de trabajo en equipo.		Cvd3 Postura

4.2.1.3 RELACIÓN DE INDICADORES

Variable Independiente EJERCICIOS DE IMPROVISACIÓN TEATRAL		Señalar con una flecha sobre que indicador del Componente de la VD va a operar el indicador del componente de la VI	Variable Dependiente DESINHIBICIÓN	
Componentes	Indicadores		Indicadores	Componentes
Cvi1 Ejercicios de confianza.	Ind1- Ubican sus tensiones corporales y las diseminan Ind2- Entregan su peso al compañero de manera parcial. Ind3- Entregan su peso al compañero por completo y con liviandad.		Ind1- 1.- Exploran las posibilidades expresivas de su cuerpo en el espacio con desinhibición.	Cvd1 Movimiento
	Ind4- Reconocen su ser al identificarse con el compañero. Ind5- Interactúan con los compañeros durante los ejercicios propuestos		Ind1- 2.- Exteriorizan sus emociones frente a diversas sensaciones o estímulos al movilizarse por el espacio.	
Cvi2 Ejercicios de creatividad y solución de	Ind1. Reconocen el desarrollo de su pensamiento a través de diversas		Ind1. - Descubren los recursos expresivos de su rostro con soltura	Cvd2 Gesto

problemas.	estrategias de solución de problemas.		y libertad.	
	Ind2. - Demuestran soluciones ingeniosas y creativas a través de diferentes situaciones dramáticas que se plantee, personal o grupal.		Ind2. – Disfrutan al expresarse gestualmente con todo su cuerpo y su voz con soltura y dinamismo.	
Cvi3 Ejercicios de trabajo en equipo.	Ind1. - Desarrollan habilidades y estrategias a través de la realización de una improvisación grupal.		Ind1. - Descubren la Imitación postural de personajes, objetos y animales con creatividad y espontaneidad.	Cvd3 Postura
	In2. –. Desarrollan habilidades y estrategias a través de la realización de una improvisación grupal		Ind2. - Utilizan una adecuada postura corporal en improvisaciones individuales y grupales con seguridad y precisión	

4.2.1.4. PROPUESTA PEDAGÓGICA DE APLICACIÓN DEL PROYECTO DE INVESTIGACIÓN

Título de proyecto de investigación:” Estudio del fortalecimiento de la desinhibición corporal en los estudiantes de los talleres extracurriculares de la Universidad Peruana Cayetano Heredia, como base para una propuesta pedagógica basada en ejercicios de improvisación. – 2016” Autor(a): Isabel del Pilar Ochoa Espilco.

VARIABLE INDEPENDIENTE		TALLER DE EJERCICIOS DE IMPROVISACIÓN UNIDAD DE APRENDIZAJE “IMPROVISANDO ME DESINHIBO” Duración del programa: 16 AAS. 1 día por semana, 3 meses Agosto - Diciembre 40h - 2 1/2h, pedagógicas	VARIABLE DEPENDIENTE	
COMPONENTE	INDICADOR		INDICADOR	COMPONENTE
Cvi1 Ejercicios de confianza	<p>Título de la unidad, N° 1 “Conociéndome a mí mismo y conociendo a los demás” Esta unidad consiste en que los estudiantes se descubran a sí mismos, se encuentren con los demás, se conozcan, se relacionen y se acepten. Duración: 12.5 horas (2 AAS)</p>		<p>Cvd1 Movimiento</p>	
	<p>Ind1- Ubican sus tensiones corporales y las diseminan</p> <p>Ind2- Entregan su peso al compañero de manera parcial.</p> <p>Ind3- Entregan su peso al compañero por completo y con liviandad.</p>	<p>Nombre de la actividad de aprendizaje significativo AAS: “Re-descubriéndome.” Esta actividad de aprendizaje consiste en que los estudiantes tomen conciencia del conocimiento y valor que deben tener de su cuerpo: peso, ritmo; y del cuerpo de su compañero.</p> <p>Duración: 7.5 horas. Sesión 1: “Explorándome ” En esta sesión trabajaremos ejercicios de presentación e integración. Sesión 2: “Encuentro con mi peso” En esta sesión trabajaremos ejercicios de contacto y de entrega de peso. Sesión 3: “Encuentro con el peso de mi compañero” En esta sesión trabajaremos ejercicios de contacto, de acción y reacción</p>	<p>Ind1- 1.- Exploran las posibilidades expresivas de su cuerpo en el espacio con desinhibición.</p>	<p>Cvd2 Gesto</p>
	<p>Ind4- Reconocen su ser al identificarse con el compañero.</p>	<p>Nombre de la actividad de aprendizaje significativo AAS: “Reconociéndote” Duración: 5 horas. Sesión 1: “Encuentro con mi YO y el YO de mi compañero” En esta sesión trabajaremos ejercicios de reflejo y repetición. Sesión 2: “Confiando en ti” En esta sesión trabajaremos ejercicios de intercambio e imitación de roles</p>	<p>Ind2- Descubren los recursos expresivos de su rostro con soltura y libertad.</p>	

<p>Cvi2</p> <p>Ejercicios de Creatividad y Solución de Problemas.</p>	<p>Título de la unidad, N° 2 "Propongo y resuelvo"</p> <p>Esta unidad consiste en que los estudiantes estimulen la flexibilidad del pensamiento, la capacidad para enfrentar y solucionar problemas y la posibilidad de desarrollar respuestas creativas frente a diversas situaciones que se les plantee ya sea personal o grupalmente.</p> <p>Duración: 12.5 horas (2 AAS)</p>		<p>Cvd2</p> <p>Gesto</p>	
	<p>Ind1 Reconoce el desarrollo de su pensamiento a través de diversas estrategias de solución de problemas.</p>	<p>Nombre de la actividad de aprendizaje significativo AAS: "Pensamiento creador"</p> <p>Esta actividad de aprendizaje consiste en que los estudiantes tengan la libertad de aflorar sus ideas sin ningún temor o represión y de compartirlas con los demás integrantes.</p> <p>Duración: 7.5 horas</p> <p>Sesión 1: "Estimulando la mente"</p> <p>En esta sesión trabajaremos ejercicios de rapidez de respuestas, donde toda respuesta es válida y el error es divertido.</p> <p>Sesión 2: "Ideas creativas"</p> <p>En esta sesión trabajaremos ejercicios que nos permitan proponer ideas rápidas e ingeniosas, donde el mejor resultado resulta ser el más divertido.</p> <p>Sesión 3: "Estrategias vs problemas"</p> <p>En esta sesión trabajaremos una serie de estrategias innovadoras que nos permitan solucionar los problemas que se presenten, de manera personal.</p>	<p>Ind1 Disfruta al expresarse gestualmente con todo su cuerpo con soltura y dinamismo.</p>	<p>Cvd1</p> <p>Movimiento</p>
	<p>Ind2 Demuestra soluciones ingeniosas y creativas a través de diferentes situaciones dramáticas que se plantee, personal o grupal</p>	<p>Nombre de la actividad de aprendizaje significativo AAS: "Resolviendo obstáculos"</p> <p>Duración: 5 horas.</p> <p>Sesión 1: "Resultados ingeniosos y creativos"</p> <p>En esta sesión trabajaremos propuestas novedosas que permitan que los estudiantes reflexionen de manera rápida y segura, dando soluciones creativas para dichas propuestas.</p> <p>Sesión 2: "Resolución de situaciones"</p>	<p>Ind1- 2.- Exteriorizan sus emociones frente a diversas sensaciones o estímulos al movilizarse por el espacio.</p>	

		En esta sesión trabajaremos en base a las propuestas realizadas en la primera sesión, improvisando grupalmente.		
Cvi3 Ejercicios de Trabajo en equipo.	<p>Título de la unidad de aprendizaje N° 3 "Un solo objetivo"</p> <p>Esta unidad consiste en que los estudiantes desarrollen entre los integrantes la interdependencia favorable que facilite el logro de un objetivo en común.</p> <p>15 horas (2 AAS)</p>			Cvd3 Postura
	<p>Ind1 Desarrollan habilidades y estrategias a través de la realización de una improvisación grupal.</p>	<p>Nombre de la actividad de aprendizaje significativo AAS: "Todos somos uno"</p> <p>Esta actividad de aprendizaje consiste en que los estudiantes puedan expresar sus ideas y escuchar las ideas de los demás para que después de un consenso grupal, tomen la mejor decisión y la ejecuten. Duración: 7.5 horas Sesión 1: "Humanizando a mi animal"</p> <p>En esta sesión trabajaremos la imitación de diversos animales, lo integramos a nuestro contexto e improvisamos su situación en él. Sesión 2: "Humanizando a mi objeto"</p> <p>En esta sesión trabajaremos la imitación de diversos objetos, lo integramos a nuestro contexto e improvisamos su situación en él. Sesión 3: "Soy un comic"</p> <p>En esta sesión trabajaremos la imitación de diversos personajes de las caricaturas lo integramos a nuestro contexto e improvisamos su situación en él.</p>	<p>Ind1 Descubren la Imitación postural de personajes, objetos y animales con creatividad y espontaneidad.</p>	
	<p>Ind2 Desarrollan la capacidad de organización y planificación grupal por medio de una improvisación grupal.</p>	<p>Nombre de la actividad de aprendizaje significativo AAS: "Organización y planificación."</p> <p>Esta actividad de aprendizaje consiste en que los estudiantes reflexionen sobre la importancia de evaluar la capacidad de organización y planificación de un grupo para obtener mejores logros o resultados finales. Duración: 7.5 horas Sesión 1: "Nos organizamos"</p>	<p>Ind2 Utilizan una adecuada postura corporal en improvisaciones individuales y grupales con seguridad y precisión</p>	

		<p>En esta sesión trabajaremos una serie de situaciones cotidianas que nos confrontan con nuestra propia realidad, donde asumiremos ser el personaje contrario a nosotros mismos: el divertido asume el rol del tímido; el mayor es el menor, etc.</p> <p>Sesión 2: "Ensayando y planificando"</p> <p>En esta sesión planificamos grupalmente el orden de las situaciones a presentar al público, nos distribuimos las tareas pertinentes para el caso y las ensayamos.</p> <p>Sesión 3: "Encuentro con el público"</p> <p>En esta sesión ponemos a prueba todo lo que hemos venido trabajando durante el taller y nos confrontamos con el público</p>		

4.3. Técnicas e instrumentos de recolección de datos

4.3.1. Técnicas de recolección de datos

- Observación directa
- Cuestionarios, encuestas, etc.
- Fotografías, videos, grabaciones
- Lista de cotejo (pre test y post test)

4.3.2. Instrumentos de recolección de datos

- Registro de evaluación personal (asistencia, notas).
- Cuestionarios, etc.
- Videos y fotos del trabajo de aplicación experimental.
- Test de entrada / salida.
- Hojas de aplicación y otros.

4.3.3. Instrumentos de evaluación

- Instrumento principal: test de entrada y salida (lista de cotejo).
- Instrumentos complementarios: registro de evaluación, hojas de aplicación, fotos, etc.

4.4. Análisis e interpretación de los resultados de la investigación

4.4.1 LISTA DE LA MUESTRA

A continuación presentamos el listado de alumnos que participaron de la experiencia.

N°	Nombres y Apellidos
1	ALMONACID GARCIA GUISELA RICARDINA

2	BENITES GAMARRA MARIN BENITO
3	CHAMORRO LUYO WENDY JOHANA
4	CORDOVA MEZA MISHEL MARCELY
5	CULE HUAMANI BREYSI KATHERIN
6	FIGUEROA BACA VALERIA AILIN
7	HUARACA PAUCARCHUCO RAQUEL
8	HUILLCA AYMA FRANK ANTHONY
9	LAGONES CERRON ALEXIS GABRIEL
10	LOPEZ DIAZ FLOR AURELIA
11	MALLQUI ARANA BEATRIZ GLORIA
12	MENDOZA CUSIHUAMAN FRANK RODRIGO
13	MENDOZA HUACHANI EDUARDO GODOFREDO
14	PACHECO GUILLEN JOEL
15	PARI COAQUIRA NILTHON
16	QUISPILAYA CAPCHA KENNEDY LUIGUI
17	RIOS MAMANI ELIZABETH
18	SALINAS CIER KARINA YAJHAYRA
19	YANTAS ALCANTARA GLORIA ESTEFANI

4.4.2 Análisis

Tabla N° 1 Resultados del pre test (variable dependiente)

Variable d	Desinhibición corporal																																
Dimensión	Dimensión 1 Movimiento corporal									Dimensión 2 Gesto corporal									Dimensión 3 Postura corporal									P					
Indicador																									T								
Est\Items	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30			
1.- ALMONACID GARCIA GUISELA RICARDINA	2	2	2	2	2	2	3	2	3	2	2	1	3	2	2	1	3	2	2	2	2	1	2	2	2	1	3	2	2	2	2	2	61

13.- MENDOZA HUACHANI EDUARDO GODOFREDO	2	2	2	3	2	2	2	2	3	2	1	1	1	2	2	1	3	2	1	1	1	1	2	2	1	2	2	1	2	2	1	2	2	53
14.- PACHECO GUILLEN JOEL	1	2	1	2	2	2	1	1	2	1	1	1	1	2	2	1	2	2	1	1	1	1	2	2	1	2	2	1	2	2	1	2	2	45
15.- PARI COAQUIRA NILTHON	2	1	2	3	2	3	1	2	2	1	2	1	2	2	2	1	3	2	1	1	1	2	2	3	1	2	2	3	2	2	2	56		
16.- QUISPILAYA CAPCHA KENNEDY LUIGUI	2	2	2	3	2	3	2	2	3	2	1	1	2	2	2	1	2	3	1	1	1	2	3	2	1	2	2	2	2	2	3	59		
17.- RIOS MAMANI ELIZABETH	2	2	1	2	2	2	1	2	2	2	1	1	2	2	2	1	2	2	1	1	1	2	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	51	
18.- SALINAS CIER KARINA YAJHAYRA	1	2	2	3	2	2	3	2	2	2	2	2	3	2	2	3	2	3	2	2	2	1	2	2	1	3	2	2	2	2	2	63		
19.- YANTAS ALCANTARA GLORIA ESTEFANI	1	2	2	3	2	2	2	2	3	2	2	2	3	2	2	2	2	3	2	2	1	2	2	3	1	2	2	3	2	2	2	63		
20																																		

Tablas N° 2 Resultados del pos test (variable dependiente)

Variable d	Desinhibición corporal																															
Dimensión	Dimensión 1 Movimiento corporal									Dimensión 2 Gesto corporal									Dimensión 3 Postura corporal									P T				
Indicador																																
Est./Items	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27		28	29	30	
1.- ALMONACID	3	2	3	2	2	3	3	2	3	2	3	2	3	3	3	2	3	3	2	3	2	2	2	3	3	2	3	2	3	2	3	77

Tablas N° 3

Resultado comparativo pre-test y pos-test según indicadores

1.- Exploran las posibilidades expresivas de su cuerpo en el espacio con desinhibición.

Nivel de logro	PRE TEST		POS TEST	
	N° respuestas	%	N° de respuestas	%
SIEMPRE	0	0	10	18
A VECES	43	75	44	77
NUNCA	14	25	3	5
TOTAL	57	100	57	100

2- Exteriorizan sus emociones frente a diversas sensaciones o estímulos al movilizarse por el espacio.

Nivel de logro	PRE TEST		POS TEST	
	N° respuestas	%	N° de respuestas	%
SIEMPRE	11	19	23	40
A VECES	44	77	34	60
NUNCA	2	4	0	0
TOTAL	57	100	57	100

1- Descubren los recursos expresivos de su rostro con soltura y libertad.

Nivel de logro	PRE TEST		POS TEST	
	N° respuestas	%	N° de respuestas	%
SIEMPRE	1	2	8	14
A VECES	25	44	47	82
NUNCA	31	54	2	4
TOTAL	57	100	57	100

2- Disfrutan al expresarse gestualmente con todo su cuerpo y su voz con soltura y dinamismo.

Nivel de logro	PRE TEST		POS TEST	
	N° respuestas	%	N° de respuestas	%
SIEMPRE	7	12	18	32
A VECES	45	79	38	67
NUNCA	5	9	1	1
TOTAL	57	100	57	100

1.- Descubren la Imitación postural de personajes, objetos y animales con creatividad y espontaneidad.

Nivel de	PRE TEST	POS TEST
----------	----------	----------

logro	N° respuestas	%	N° de respuestas	%
SIEMPRE	0	0	4	7
A VECES	15	26	50	88
NUNCA	42	74	3	5
TOTAL	57	100	57	100

2.- Utilizan una adecuada postura corporal en improvisaciones individuales y grupales con seguridad y precisión

Nivel de logro	PRE TEST		POS TEST	
	N° respuestas	%	N° de respuestas	%
SIEMPRE	5	8	19	33
A VECES	42	74	37	65
NUNCA	10	18	1	2
TOTAL	57	100	57	100

Tablas N° 4

Resultado comparativo entre el pre-test y el pos-test, según dimensiones de la Variable Dependiente

1. Componente Movimiento corporal

Nivel de logro	PRE TEST		POS TEST	
	N° respuestas	%	N° de respuestas	%
SIEMPRE	22		54	
A VECES	123		112	
NUNCA	26		5	

2. Componente Gesto corporal

Nivel de logro	PRE TEST		POS TEST	
	N° respuestas	%	N° de respuestas	%
SIEMPRE	20		44	
A VECES	100		124	
NUNCA	51		3	

3. Componente Postura corporal

Nivel de logro	PRE TEST		POS TEST	
	N° respuestas	%	N° de respuestas	%
SIEMPRE	17		49	
A VECES	125		173	
NUNCA	86		6	

4.4.3 Interpretación y respuesta a los problemas planteados

Tablas N° 5

Comparación del rendimiento en el Taller (según pre test y post test) por estudiante.

Estudiante	Puntaje Pre test	Puntaje Post test	Diferencia
1.- ALMONACID GARCIA GUISELA RICARDINA	61	77	+ 16

2.- BENITES GAMARRA MARIN BENITO	53	70	+17
3.- CHAMORRO LUYO WENDY JOHANA	51	67	+16
4.- CORDOVA MEZA MISHEL MARCELY	49	67	+18
5.- CULE HUAMANI BREYSI KATHERIN	50	63	+13
6.- FIGUEROA BACA VALERIA AILIN	72	84	+12
7.- HUARACA PAUCARCHUCO RAQUEL	49	65	+18
8.- HUILLCA AYMA FRANK ANTHONY	48	65	+17
9.- LAGONES CERRON ALEXIS GABRIEL	72	76	+4
10.- LOPEZ DIAZ FLOR AURELIA	47	65	+18
11.- MALLQUI ARANA BEATRIZ GLORIA	56	67	+11
12.- MENDOZA CUSIHUAMAN FRANK RODRIGO	46	60	+14
13.- MENDOZA HUACHANI EDUARDO GODOFREDO	53	63	+10

14.- PACHECO GUILLEN JOEL	45	45	---
15.- PARI COAQUIRA NILTHON	56	64	+8
16.- QUISPILAYA CAPCHA KENNEDY LUIGUI	59	68	+9
17.- RIOS MAMANI ELIZABETH	51	67	+16
18.- SALINAS CIER KARINA YAJHAYRA	63	73	+10
19.- YANTAS ALCANTARA GLORIA ESTEFANI	63	74	+11
TOTAL	1044	1164	Promedio de incremento +120

CONCLUSIONES

- 1.- Por los resultados observados en el cuadro pre test, se puede afirmar que el nivel de desinhibición corporal en la mayor parte de los jóvenes universitarios son bajos. Es decir, la mayoría de los jóvenes, no han desarrollado la desinhibición corporal, por ende no podrán comunicarse de manera eficaz, ni tendrán la facilidad de relacionarse con otras personas, aspectos necesarios en el crecimiento del ser humano.
- 2.- Por los resultados observados en el cuadro post test, el nivel de desinhibición corporal en la mayor parte de los jóvenes universitarios ha aumentado casi en un 17% en cada uno de ellos. Lamentablemente, no hemos podido lograr un porcentaje mayor de desinhibición corporal: 50% en cada uno de los participantes, debido a las pocas horas de tiempo establecido para el taller (2 horas por semana). Podemos afirmar que los porcentajes, serían mayores, si la propuesta pedagógica pudiera aplicarse durante más horas (6 horas a la semana).
- 3.- Por los resultados observados en el cuadro de post test, se puede afirmar que la hipótesis “Estudio del fortalecimiento de la desinhibición corporal en los estudiantes de los talleres extracurriculares de la Universidad Peruana Cayetano Heredia, como base para una propuesta pedagógica basada en ejercicios de improvisación.”, se cumple.

BIBLIOGRAFIA

- SERGIO ARRAU** “El teatro y la educación”
- SERGIO ARRAU** “El arte teatral - Teoría y Práctica” Fondo editorial de la Universidad de Ciencias y Humanidades - Los Olivos - Lima Perú - Mayo 2010
- KEIT JOHNSTONE** “Impro – Improvisación y el teatro” Editorial cuatro vientos, Santiago de Chile, 1990
- CONSTANTIN STANISLAVSKI** “El Manuel del Actor”
- CHARNA HALPERN, DEL CLOSE Y KIM HOWARD JOHNSON** “La verdad en la comedia - Manual de técnicas de improvisación” Ediciones Obelisco S. L. Barcelona – España, 2004

LINKCOGRAFIA

- VICENTE CUTILLAS SÁNCHEZ** “El teatro y la pedagogía en la historia de la educación”
- En: <https://digitum.um.es/jspui/bitstream/10201/42889/1/EI%20teatro%20y%20la%20pedagogia%20en%20la%20historia.pdf> 22 de Julio de 2015 - 5:45pm.
- M^a DOLORES SÁNCHEZ GALA** “Teatro y Educación”
- En: <http://www.iacat.com/revista/recrearte/recrearte07/Seccion3/3.CD.%20%20lo%20Sanchez%20Gala.%20TEATRO%20Y%20EDUCACI%C3%AEN.pdf>
- 22 de Julio de 2015 - 6:00pm.

BRITO CHALLA

“Relaciones Humanas”

En: https://talentohumanocun.wikispaces.com/file/view/2_Doc_CAPACITACION+Y+DESARROLLO.pdf 22 de Julio – 6:30 pm.

FEDERACIÓN DE ENSEÑANZA DE CCOO DE ANDALUCIA “Temas para la Educación: Las principales corrientes pedagógicas y psicológicas en la educación infantil”.

En: http://moodle2.unid.edu.mx/dts_cursos_md/lic/E/P/AM/12/Las_principales.pdf 02 de Enero de 2017 – 11:00 pm.

M^a SHERLY FRANCISCO IZQUIERDO VALLADARES “Corrientes filosóficas y sus representantes”

En: <https://prezi.com/okgah7i5ohz5/corrientes-filosoficas-y-sus-representantes/>
02 de Enero de 2017 – 1:00 am.

Verónica García---Huidobro V. “Innovación curricular basada en la pedagogía teatral”.

En: <http://www.verogh.com/articulos/INNOVACION%20CURRICULAR%20BASADA%20EN%20LA%20PEDAGOGIA%20TEATRAL.pdf> 4 de Enero de 2017 – 11:35 pm.

“Diccionario etimológico”

En: <http://etimologias.dechile.net/?teatro> 4 de Enero de 2017 – 11:50 pm.

“Diccionario de la Lengua Española”

En: <http://dle.rae.es/?id=L8aUj8Q> 4 de Enero de 2017 – 12:15 pm.