



recurso

El ballet desde otra perspectiva

Por Alondra Chiriboga
(alondra@centrocapane.com)

Después del contratiempo que nos provocó el COVID-19, los adultos experimentamos un sin-fín de malestares durante la cuarentena. Nos sugerían invertir el tiempo en hacer nuevas o diferentes actividades para disminuir el malestar físico y psicológico por el que atravesamos. Así, nos dimos cuenta de que estamos desarmados emocionalmente.

Pero, ¿y en el caso de los niños? Estos seres, recién llegados al mundo, y que se ven enfrentados a una situación en la que sus padres están asustados. Y si bien los niños son por lo general menos vulnerables a los malestares físicos y la carga de estrés, son sin duda muy vulnerables a nivel mental y psicológico. Entonces, ¿cómo equiparlos emocionalmente? El ballet impulsa el desarrollo emocional e intelectual por medio de un lenguaje de movimiento, que ayuda a comprender el mundo que somos y el que nos rodea.

Ballet Learning, un programa que diseñé para trabajar la comprensión de lo que sentimos, cobró una dimensión educativa desde el ámbito no formal. Se trabaja bajo una metodología sensoperceptiva y de generación de diálogo, a través de la mediación del profesor, es decir, con un trato horizontal y provocando experiencias. He dividido este programa en tres áreas:

ritmo, salud y cuerpo y técnica académica.

Ritmo (memoria y atención)

Lo que pretendo es captar la atención por medio de diferentes elementos que produzcan ruido, para replicar patrones de ritmo. Es una actividad divertida que genera de manera especial un reto en el niño.

Salud y cuerpo (respiración y conciencia corporal)

En esta parte se utilizan técnicas de respiración consciente y actividades para poner en práctica el equilibrio, la motricidad fina y en general la lateralidad. Esto ayuda a desarrollar la capacidad de situarse en el espacio y permite al niño conocer los límites de su cuerpo.

Técnica académica (ballet)

Aquí ya entramos de lleno en el ballet. Se explican las posiciones y pasos del ballet y analizamos argumentos de ballets clásicos, dando la oportunidad al diálogo. En los diálogos se hace énfasis en mediar las distintas miradas sobre diversas opiniones, y se complementa la reflexión que surgen de esa discusión. Exponer un argumento de una obra nos permite tratar temas que no tienen otro espacio de discusión dentro de la educación formal o en casa; así, el ballet posibilita el encuentro con

temas, movimientos, sonidos e imágenes que cuestionan nuestra forma de ver el mundo. El objetivo es siempre fortalecer el aprendizaje y la interpretación, al tiempo que se exploran las emociones, para lo cual se acompaña con ejercicios prácticos (pasos, posiciones, adagios, ballet), creando así un código de movimiento que más tarde será la interpretación de los niños.

El ballet puede ser ese aporte a la educación formal trabajando desde las emociones, haciendo una formación plena y holística. Tomar clases de ballet no significa que seremos bailarines, sino que seremos seres HUMANOS, sensibles y capaces de superar dificultades.

Invito a los maestros de ballet a innovar, a ver más allá de lo “estricto” y “exigente” porque requiere una prolijidad. Ser maestro de ballet implica trabajar en el crecimiento personal de los estudiantes, porque el ballet es una forma de expresión y de comprensión social.

El ballet impulsa el desarrollo emocional e intelectual por medio de un lenguaje de movimiento, que ayuda a comprender el mundo que somos y el que nos rodea.