

Instituto Universitario Asociación Cristiana de jóvenes
Facultad de Educación Física

Grave

Aproximaciones para una experiencia total del cuerpo

Prof. Gabriela Meerhoff Scaffo

Licenciada en Antropología (FHCE-UDELAR).
Coordinadora de Grupos en Técnicas Psico-Físicas para el Desarrollo Humano
(Río Abierto-Buenos Aires).
Diplomada en Metodologías Participativas para el Desarrollo Local
(Universidad Complutense, Madrid).
Actualmente integra Equipo Interdisciplinario de Investigación y Docencia:
“Hacia la Integralidad en la Salud”.
Instructorado en Esferokinesis
(Centro de Investigación y Estudio de Técnicas y Lenguajes Corporales-Buenos Aires).
Docente de “Semiótica del Cuerpo” IUACJ

Montevideo, 2012

Sumario

Prólogo.....	11
Presentación.....	13
Capítulo 1. Vínculo cuerpo-mundo.....	19
Ay, ay, ay, uy, uy, uy. Género y desnudez.....	22
Las mujeres se desnudan en los baños.....	25
<i>Luciana Levy</i>	
Experiencias de vestuario.....	27
<i>Alejandro Trejo</i>	
1, 2, 3... Edad.....	29
Cumpleaños.....	32
<i>Ramiro García Hernández</i>	
Proyecto Puentes.....	33
<i>Susana Gallardo, Mónica Maggi, Gabriela Malacrida</i>	
¡Zis, zas! Actividad y trabajo.....	36
La voz...palabras encarnadas.....	42
Palabras guerreras (Lámina Anti-didáctica).....	47
<i>Fabiana Guimarães</i>	
Palabras guerreras.....	48
Salud: ¿cómo nos peleamos y reconciliamos con nuestro cuerpo?.....	50
El cuerpo del dolor (Lámina Anti-didáctica).....	53
<i>Fabiana Guimarães</i>	
Cuerpos dolientes, planos desarmonizados y sana-educa-ción.....	54
<i>Juan Calcagno</i>	
Cuento popular Mogol.....	56
Teorías generales del movimiento y no sólo.....	57
Concepciones teóricas y matrices de pensamiento.....	61
Cuerpo como objeto.....	64
Capítulo 2. Historias de caídas y torpezas.....	69
Caídas y torpezas entonces... ..	69
<i>Aníbal Domínguez</i>	
Carro de caballo.....	72
Apoyos y recursos para estar de pie.....	74
Pies, pies, pies.....	75
Peso y arraigo.....	78
Técnicas y métodos de desarrollo físico consciente.....	79
Joseph Pilates - Método Pilates.....	81
Moshe Feldenkraise - Método Feldenkraise.....	84
Gerda Alexander - Movimiento Eutónico.....	85
Therese Bèrthérat - La antigimnasia, método premoción.....	87
María Adela Palcos - Sistema Río Abierto.....	88
Gurdjieff: El cuarto camino. La Comarca - El juego.....	91
El juego de la observación de sí.....	92
<i>Natalia Welner</i>	
Capítulo 3. Historias de vuelos, saltos y ligerezas.....	95
El nuevo color.....	96
<i>Mariana Rebollo</i>	
Cuento andino: morir en la pavada.....	97
Compañía.....	99
<i>Mariana Anzorena</i>	
Apoyos y recursos para dar las manos.....	102
Proyección.....	104
Espejo.....	104

Exploración en las experiencias: memoria corporal.....	105
Sensación, sensibilidad y sentimiento en la Educación Física.....	108
Capítulo 4. La gravedad conlleva el cambio.....	111
¿Qué es grave?.....	111
Gravedad.....	112
<i>Paula Bader</i>	
Actores y autores.....	113
Mariana Anzorena.....	113
Paula Bader.....	114
Juan Calcagno.....	114
Aníbal Domínguez.....	115
Fabiana Guimarães.....	115
Mónica Maggi, Gabriela Malacrida, Susana Gallardo.....	116
Ramiro García Hernández.....	117
Gabriela Meerhoff Scaffo.....	118
Luciana Levy.....	119
Mariana Rebollo Klasse.....	119
Alejandro Trejo (Tití).....	120
Natalia Welner.....	120
Apoyos bibliográficos.....	121
Anexos.....	125
¿Qué es tu cuerpo?.....	125
Gráficas.....	130
Emociones.....	132
<i>Natalia Welner</i>	
Set de yoes.....	136
<i>Natalia Welner</i>	
Tablero.....	138
<i>Natalia Welner</i>	
Guías para hacer-pensar actividades.....	139
Extras.....	141