



JUGANDO
AHORA!
CLOWN COACHING

¿QUÉ ES EL CLOWN?

Pág. 3

BENEFICIOS

Pág. 5

OBJETIVOS

Pág. 7

CONTENIDO

Pág. 8

ACTIVIDADES

Pág. 9

ACERCA DE MÍ // CONTACTOS

Pág. 10

ARANCELES

Pág. 11

¿QUÉ ES EL CLOWN?

El mundo donde interactúan: el juego escénico,
las emociones y el cuerpo.

Para comenzar a entender de qué se trata, lo primero que hay que hacer es aclarar por qué utilizamos la palabra en inglés *clown*, y no payaso.

Esto se debe a “la mala prensa” que ha tenido este término a lo largo de la historia. Aquí podemos citar a la Real Academia Española (R.A.E) con los siguientes significados:

Payaso: Titiritero que hace de gracioso, con traje y ademanes ridículos. **Mimo:** Farsante del género cómico más bajo en la Antigüedad

clásica; bufón hábil en gesticular e imitar a otras personas.¹

Lamentablemente, en ésta disciplina, tales definiciones despectivas han perdurado desde sus comienzos hasta la actualidad.

Sin embargo, las cosas comenzaron a cambiar en este último tiempo respecto de esta disciplina que apunta a lo simple de la vida misma, aquella capacidad de reírse de uno mismo, de vivenciar el juego como principio movilizador de las emociones.



“El clown entronca con algunas de las actividades más cotidianas y gozosas del ser humano: la risa, la gesticulación, y la imitación.”²

Claro que al involucrarse con el juego, parte fundante en el clown, despierta en el adulto una reconexión con su niño interior; “rehabilitando” su presente.³ “La etapa más emocionante de nuestra vida: la infancia, que está llena de ternura, aprendizaje, descubrimiento y juego.”⁴

Por otro lado, el juego tiene relación directa con el humor. La alegría y el optimismo se hacen presente con la risa y la risa como un elemento más que contiene esta disciplina, genera que el organismo funcione de una mejor manera. “Varios estudios demostraron que la risa y el buen humor son efectivos ante la enfermedad ya que propician un

buen funcionamiento del sistema inmunológico,” comenta la Licenciada Monica Cruppi, psicoanalista miembro de la Asociación Psicoanalítica Argentina (APA)⁵.

Además, lo que une el juego y el humor/risa es puesto en marcha con el cuerpo, el instrumento que da vía libre a las emociones, su rol es protagónico en este juego escénico.

Por todo esto este juego escénico, que es el clown, reúne las emociones propias del ser humano y realizadas en el cuerpo como instrumento exterior de uno mismo.

1.Jara, Jesus. “El clown un navegante de las emociones.” Ed. Octaedro. 1994.,p.23

2 Ibid, p.24

3 Lisa, Gerard, Cómo encontrar su pasión en 5 ejercicios de creatividad. Entrepreneur(en línea) octubre 2014. (Fecha de consulta 4-12-14) Disponible en <http://www.entrepreneur.com/article/215709>

4 Ibid, p.25

5.“El placer de ser optimista” Clarin, Buenos Aires, 28 de Agosto de 2009,p.4(En sección: Bienestar: salud física y mental)

BENEFICIOS

El Clown como herramienta de autodescubrimiento y desarrollo del potencial personal y profesional.

ENTRENA LA CAPACIDAD LÚDICA:

La premisa principal es el juego y el impulso, hay una conexión con el niño interior. Esa capacidad de jugar que se pierde con el paso del tiempo, es rehabilitada con ésta disciplina.

CONTROLARÁS TUS MOVIMIENTOS

"Adquieres destrezas físicas, expresión corporal, coordinación. Haces algo de deporte y obtienes flexibilidad."²

GENERA IDEAS Y HACER DE LOS PROBLEMAS OPORTUNIDADES

Aprendes a fracasar y a encajar bien el fracaso pero sobre todo te ayuda a vencer situaciones.

"El auto" con la compañía de Nadia Rash, actriz egresada del IUNA (Instituto Universitario del Arte)



MEJORA EL AUTOESTIMA:

Aprenderás a tolerar tus propios defectos y faltas

MEJORA EL SENTIDO DEL HUMOR

“Aprenderás a reírte de ti mismo, puesto que al amigarte y al aceptarte tal como eres, hace que puedas convertir tus debilidades en fuerza escénica y personal, y por ende harás más felices a otras personas, y habrás logrado el objetivo.⁵”

AYUDA A TRABAJAR EN EQUIPO

No actuarás solo, por ello tienes que aprender a escuchar a tu compañero.

AYUDA AL LIDERAZGO

Capacidad de reaccionar mejor y tienes más flexibilidad intelectual.⁶

TOMAR DECISIONES FÁCILMENTE

Actúas, no te quedes parado. En escena no puedes, en la vida menos.⁷

CAPACIDAD ORATORIA

Serás mejor comunicador; tienes que salir de ti mismo y hablar. Empatizar. Te expones a un público: Tienes que salir y enfrentarte a sus risas y no risas.

IMPROVISACIÓN

Los gags o bromas están estudiados, pero tiene que salir de la improvisación. Con el clown lograrás improvisar, sentir la libertad y no tener que memorizar textos.

⁶ Esther, Torres. “El clown como el arte de darsse permiso”. Revistamito.com. Enero del 2014. (Fecha de consulta 8-1-15) Disponible en: <http://revistamito.com/el-clown-como-el-arte-de-darse-permiso/>

⁷ Espinoza, Alfredo. “El apuntador”. Lluvee el clown en la mitad del mundo.nº56. (Fecha de consulta 1 de julio 2014) Disponible en: <http://www.elapuntador.net/revista/el-apuntador-no-56/ojoenlaescena/el-teatro-de-clown/>

⁸ Navarro, Alex. “Las bases del clown”. clownplanet. (Fecha de consulta 15-1-15) Disponible en:

⁹ Jara, Jesus. “El clown un navegante de las emociones.” Ed. Octaedro. 1994.,p.23 <http://www.clownplanet.com/bases.htm>

OBJETIVOS

QUE LAS PERSONAS PUEDAN REÍRSE DE SÍ MISMAS.

APRENDAN SOBRE LA CAPACIDAD LÚDICA.

VALORIZAR EL TRABAJO GRUPAL.

- Descubrir cuál es la esencia de la historia y filosofía del clown.
- Buscar el propio clown, consecuentemente conectarse con el interior, recuperando nuestra infancia.

Jugar en clave clown por el gusto de reconocerse, para representarse a si mismo, como lo hacen los niños y las niñas cuando juegan al teatro.

Muestra de fin de año en "Espacio Aguirre" ante 80 personas, entre adultos y niños.



CONTENIDOS

- LA POÉTICA DEL CLOWN.
- LAS PALABRAS QUE CONFORMAN EL ESTADO PAYASO.
- LA IMPROVISACIÓN COMO MEDIO DE ENCONTRAR NUESTRO CLOWN.
- LOS COMPLEMENTOS DEL CLOWN: VESTUARIO, MAQUILLAJE, VOZ Y NOMBRE.

Clases de clown en cumpleaños.



ACTIVIDADES

- EJERCICIOS DISEÑADOS PARA LA BÚSQUEDA DEL PROPIO CLOWN.
- EJERCICIOS DE RESPIRACIÓN Y RELAJACIÓN PARA ABORDAR LA CREACIÓN DESDE EL MUNDO DE LAS EMOCIONES.
- EJERCICIOS INDIVIDUALES: RÍTMICOS, MÍMICA, GAMA DE EMOCIONES, USO DE LA NARIZ COMO UNA MÁSCARA, PRESENCIA.



- EJERCICIOS GRUPALES DE CREACIÓN: EJERCICIO DE ESCUCHA.
- IMPROVISACIONES EN SOLO, DUETOS Y GRUPOS.
- CLASE ABIERTA. EL CLOWN VIVE PARA UN PÚBLICO.
- EVALUACIÓN DEL PROCESO, TOMANDO EN CUENTA: PARTICIPACIÓN DEL ALUMNO/A EN CLASES, EVOLUCIÓN DE CADA ALUMNO/A DURANTE EL PROCESO DE APRENDIZAJE.

ACERCA DE MÍ



Federico Manuel Gonzalez
Fecha de Nacimiento: 30/07/83
Nacionalidad: Argentino
Edad: 31 años
CUIL: 20-30429759-0
Domicilio: Bulnes 1594 1A
Palermo, CABA

GOBIERNO DE LA CIUDAD DE BUENOS AIRES:

Desde el 24 de Septiembre a la actualidad estoy trabajando en La Boca en la calle Pedro de Mendoza 13570:

El CAySS es un Parador del GCBA que aloja hombres en situación de calle, mayores de 18 años, de manera transitoria. Las personas que están alojadas suelen tener alguna discapacidad (Motora, mental o visceral) o problemática de adicciones. estoy yendo una vez por semana, en donde el unico desafio es jugar y divertirse

PROFESORADO EN FILOSOFÍA:

Terciario: Profesor de nivel medio y superior en Filosofía. "Seminario Internacional Teológico Bautista", Instituto Privado. Incorporado a la enseñanza oficial A-1324. Cursando el 4° Año. Porcentaje de materias aprobadas: 50 % (58 % de cursadas acreditadas)

VOLUNTARIADO:

Iglesia "Cristo es mi única esperanza"

Tarea desempeñada: Liderazgo Juvenil (Organización de equipo de trabajo).

Miembro de la comisión directiva, de ministerio, con participación en la comisión directiva en la planificación de la Iglesia.

Enseñanza y Predicación: con una frecuencia quincenal (2000-2012)

FORMACIÓN CLOWN:

Formado en la escuela de Clown de Marcelo Katz (2012)

Aguirre 1270 C.A.B.A

Un espacio dedicado a la técnica de clown, de bufón y de máscaras.

CONTACTO

EMAIL: jugandoahora.clown@gmail.com

TELÉFONO: 15-51319153 // 4828-0087



ARANCELES

2015

Secuencias	Duración	Arancel*
Taller anual Adultos.	2(dos) horas por semana.	\$1250.-Mensual
Taller anual adolescentes.	Clase abierta en julio. Muestra en diciembre	
Taller intensivo	8 clases de 2hs, cada clase.	\$1400.-por Curso
Seminario intensivo	2(dos) días de 3hs, cada clase.	\$1300.-por Curso

* Para 16 personas ese \$1250, en el caso de que sea menor el cupo, el importe será (\$40 por hora) por persona.

En compañía de los clowns de "la Escuela de Marcelo Katz"

