

Taller de Improvisación:

La improvisación es realizar algo sin ensayo previo. En este taller podemos explorar nuestras capacidades expresivas y de comunicación a través de una metodología lúdica y participativa.

Objetivos:

- ⇒ Desarrollar la capacidad creativa.
- ⇒ Manejar la ansiedad y el nerviosismo escénico.
- ⇒ Conocer nuestro cuerpo.
- ⇒ Activar la mente desde un impulso corporal.



UNIVERSIDAD DE BURGOS

Educando en el arte:

<http://educandoenelarte.wix.com/emociones>

Laura Armas
Clara Fernández-Merino
Elisabeth García
David Llanos
Aitana López



Objetivos principales

1. Trabajar la inteligencia emocional a través de la danza.
2. Aprender a expresarnos mediante el movimiento.
3. Controlar los impulsos.
4. Liberar las emociones.
5. Desarrollar movimientos espontáneos.



Taller de danzaterapia:

La danzaterapia es una práctica que se encuentra integrada en diferentes especialidades de carácter terapéutico, artístico y educativo. Su principal fin es la unión entre mente cuerpo y alma.



Objetivos:

- ⇒ Conexión con uno mismo.
- ⇒ Liberación de energía.
- ⇒ Desarrollo de la creatividad.

Taller de Psicodanza:



La Psicodanza es un método vivencial que utiliza técnicas de expresión corporal, danza, juegos de rol, ejercicios psico-corporales y la elaboración verbal. Busca conectar con el cuerpo, poder expresarse.

Objetivos:

- ⇒ Aceptarse a uno mismo.
- ⇒ Ser quien es cada uno.
- ⇒ Centrarnos en nuestra mente dejando el cuerpo libre.