

EmásF

Revista Digital de Educación Física

ISSN: 1989-8304 Depósito legal: J 864-2009

REALIZACIÓN DE UN LIPDUB PARA LA ASIGNATURA EXPRESIÓN CORPORAL. DISEÑO Y REALIZACIÓN DE UNA EXPERIENCIA PARA LOS MAESTROS ESPECIALISTAS EN EDUCACIÓN FÍSICA

Eduardo Gómez Herrera*

Gloria de la Orden Cabrera*

M^a Jesús Cuéllar Moreno**

*Diplomados en Magisterio por la Especialidad de Educación Física.
Universidad de La Laguna. España
glo.ordc@gmail.com

**Profesora Titular de Universidad. Universidad de La Laguna. España
mcuellar@ull.es

RESUMEN

El presente artículo pretende compartir la experiencia del diseño y puesta en práctica de un "lipdub", explicándose la planificación, elaboración y grabación de esta experiencia en un marco de trabajo cooperativo. De esta forma se explicitan los vínculos de esta actividad con la Expresión Corporal, su contribución a la Educación Física escolar cuya lógica reside, inequívocamente, en fomentar el desarrollo integral del alumnado.

Pretendemos con ello facilitar la elaboración de futuros diseños de "lipdub" en la escuela e instituciones educativas. Este trabajo, junto con otras experiencias desarrolladas en la asignatura Expresión Corporal, forma parte de un proyecto de innovación en la docencia universitaria aprobado y subvencionado por la Universidad de La Laguna en el curso académico 2011/2012.

PALABRAS CLAVE:

Expresión Corporal, lipdub, trabajo colaborativo, dramatización.

1. CONFECCIONANDO UN LIPDUB.

1.1. ¿QUÉ ES UN LIPDUB?

Un “lipdub” es un vídeo musical en el que un grupo de personas crean una escenografía y la representan mientras hacen “playback” al compás de una conocida canción; sincronizando los labios, gestos y movimientos. Todo ello deberá estar adecuado a una música que suena y a lo que se quiere interpretar.

Para realizar el “lipdub” es recomendable utilizar el “plano secuencia”, consistente en filmar la grabación sin cortes entre planos y en continuidad. Esto facilita el trabajo posterior de sincronización labial con la música y evita el montaje sin cortes ni interrupciones. La cámara es la que se desplaza siguiendo la acción de los intérpretes. Generalmente, el recorrido se realiza en unas instalaciones representativas para el grupo que realiza el vídeo.

Su objetivo principal es la presentación, promoción y recreación de un colectivo de personas. En esta propuesta hemos querido dar un giro al sentido de esta actividad, basando los objetivos en el propio proceso y no en el resultado en sí mismo, intentando propiciar un mayor enriquecimiento en los ámbitos cognitivo, motriz y afectivo-social.

1.2. CARACTERÍSTICAS DE UN LIPDUB.

La realización de un buen “lipdub” precisa que se cumplan determinadas características que deben ser llevadas a cabo en el proceso de planificación y producción de este tipo de trabajo. A continuación, destacamos las que consideramos más importantes:

- **Creatividad.** Según Rodríguez (2008) en la creatividad se encuentran diversas variables que se extienden más allá de los procesos cognitivos. El contexto que se genera en la realización de esta actividad ofrece la riqueza y motivación idónea para fomentar el proceso creativo, potenciando los procesos cognitivos que generan y desarrollan las ideas, emociones y proyecciones de los sujetos que llevarán a la producción de un trabajo original y personal del grupo.
- **Dinamismo.** El trabajo de dicha actividad conlleva mostrar una actitud activa y positiva, actuando de forma desinhibida. También el uso de algunos elementos de apoyo como recursos materiales que contribuirán a generar un ambiente lúdico que fomente el desarrollo de una participación activa (Cuéllar y Rodríguez, 2009).
- **Trabajo colaborativo.** El “lipdub” ofrece diversas posibilidades de interacción grupal en las que se requiere la cooperación de todos los miembros del grupo. Siguiendo a Velázquez (2010) para conseguir la meta es fundamental e indispensable el cumplimiento del rol de cada uno para lograr el objetivo. Otras habilidades como la empatía, el diálogo y la resolución de conflictos de forma pacífica serán necesarios para la consecución de este proyecto grupal. En todo ello, la adaptación a las propuestas de los otros se configura como la clave para un trabajo positivo en convivencia.

- **Expresividad.** Como en cualquier actividad de expresión corporal, el “lipdub” debe proponer y desarrollar la intención y la capacidad de comunicar, en el último plano; de interpretar el rol acordado. Según Sefchovich y Waisburg (1999), es fundamental proponer al alumnado actividades que fomenten la toma de conciencia de sus posibilidades expresivas y creativas a través del movimiento; siendo por lo que creemos apoya completamente nuestra propuesta de la creación de un “lipdub” para el desarrollo de este tipo de contenidos.
- **Espontaneidad.** Se trata de un concepto importante, pues bien llevado, aporta calidad tanto a la práctica como al trabajo realizado. Aunque la actividad tiene una extensa fase de planificación, es fundamental una actitud de flexibilidad ante los posibles cambios que se suceden en el desarrollo de la producción de un “lipdub”. Para ello, los participantes deberán demostrar empatía por sus compañeros e intentar adaptarse de la manera más adecuada a la situación que se pueda presentar.

A este respecto, la fluidez es un elemento a trabajar en cuanto a la dependencia de dicha habilidad espontánea por parte de los participantes con el propio proceso de trabajo, siendo necesario tener en cuenta el fomento de la producción de multitud de ideas en su planificación y de numerosas respuestas en su producción, así como de la organización en la distribución del tiempo de actuación en el momento de la producción y grabación.

- **Autenticidad.** Tomando la expresión corporal como medio facilitador de la muestra de la propia personalidad del individuo, debemos destacar que esa originalidad de partida tomada de cada alumno, será uno de los puntos más relevantes del “lipdub”. Ello se encuentra condicionado porque en este intenta mostrar la definición del propio grupo, así como “lo mejor” de cada participante, resultando ser así un trabajo único y original basado en las diversas características personales y grupales de los sujetos (Cuéllar, Navarro e Indarte, 2008).

2. DISEÑO Y PROPUESTA PRÁCTICA DE UN LIPDUB.

Tomando como punto de partida el “lipdub” realizado, a continuación proponemos una guía para su diseño y puesta en práctica:

2.1. FASE DE PLANIFICACIÓN.

La fase inicial requiere de buena comunicación y organización para arrancar en la actividad del “lipdub”. A continuación, detallamos los pasos y decisiones que deberá tomar el grupo de forma conjunta:

- **Elección de la música.** Es importante decidir las características de la canción a utilizar, ya que ésta será el eje principal de la actividad. Para ello, es mejor que el alumnado aporte diversas canciones en relación a sus gustos y preferencias que deberán ser consensuadas y seleccionadas por el grupo. En nuestro caso utilizamos las redes sociales de manera que los estudiantes realizaban la propuesta en el muro de facebook de la profesora, siendo los propios compañeros los que votaban en ese mismo enlace. La propuesta

seleccionada fue la que recibió más votos. Las propuestas debían adecuarse a una serie de requisitos consensuados previamente entre la profesora y alumnado.

- **Organización del recorrido.** En un primer momento se deberá seleccionar la instalación o instalaciones en las que se realizará la grabación, eligiendo en la medida de lo posible, un lugar representativo para el grupo que realiza la actividad. Posteriormente, habrá que tener en cuenta para la planificación del recorrido la duración de la canción seleccionada y viceversa, de manera que nos permita mostrar lo que pretendemos (Anexo I). El cámara también debe tomar parte en la decisión, ya que aspectos como la luz o el propio terreno serán muy importantes para un desarrollo exitoso de la grabación. En nuestro caso, seleccionamos las instalaciones más significativas para el grupo que – en este caso- se correspondían con las que habitualmente se realizaba la docencia e la asignatura (instalaciones deportivas y zonas comunes). Todo ello teniendo en cuenta la canción elegida. No obstante, hubo que realizar un pequeño montaje musical para alargarla. La canción seleccionada fue: “Pasado-Pisado” del grupo “Comando Tiburón”.
- **Planificación de la actuación de cada grupo o persona participante.** Se formarán grupos proporcionados en relación al número de personas que participan en la actividad. Estos pueden oscilar entre 8 a 10 componentes por el número de alumnos de la clase, así como por las características de la actividad que queríamos representar, además con grupos más grandes se complicaría aún más la organización. Cada grupo determinará la temática de su actuación, así como los recursos materiales que utilizarán en ella, pudiendo ser libre o estando condicionada por un tema general para el “lipdub”. En nuestra experiencia, para la determinación de los grupos se seleccionaron diversos contenidos relacionados con la asignatura de Expresión Corporal, intentando mostrar la gama de actividades que ésta abarca (danzas, mimo, teatralizaciones, etc.) Una vez formados los grupos, cada uno debía organizarse y presentarse al resto con una fotografía. En ella se reflejaban los componentes (cuántos y quiénes eran) la temática de su actuación y la propia caracterización (vestimenta, maquillaje, otros elementos materiales de atrezzo, etc.).
- **Espacio que ocupa cada uno.** En este paso se trabaja la organización espacial de la actividad, dando coherencia a lo que se quiere representar a través del “lipdub”. Se deberán planificar los espacios de actuación, ocupando con los grupos todas las instalaciones y lugares de transición para pasar de un grupo a otro. Para ello, nosotros utilizamos un instrumento en el que se reflejaba el mapa de las instalaciones (Anexo II). Se otorgó un número a cada grupo y se localizó en el mapa la ubicación de éste. En algunos casos, debido al número de personas, diversos componentes compartieron varios espacios pudiendo estar sus grupos en distintas ubicaciones pero en diferentes tiempos (Anexo III).
- **Organización de los tiempos de actuación y de transición.** Con este último paso de la planificación, daremos fluidez y unificaremos las aportaciones de todo el grupo, siendo el más importante y complicado de este proceso. La participación del cámara en esta fase es fundamental, ya que la grabación

se encuentra condicionada por su orientación, velocidad de desplazamiento, etc.). Con la canción elegida, las instalaciones y el espacio adjudicado a cada grupo, se deberá dividir el tiempo de duración de la canción de forma proporcionada al número de “estaciones” señaladas en el anterior paso y una vez conocido el tiempo de actuación de cada grupo, este será dividido en un tiempo de actuación central y en un tiempo de transición para acompañar al cámara al siguiente grupo. Coordinar este último paso será el objetivo principal de la fase de ensayo. En nuestro caso, a través de una tabla reflejamos el orden y los tiempos de actuación y transición de cada grupo, así como la parte de la letra de la canción que correspondía con ese momento de actuación, para concretar la parte del “play-back” (Anexo I).

2.2. FASE DE ENSAYO.

En todo momento se dará una mayor importancia al proceso que al producto, acentuando el enfoque pedagógico de la actividad. Esta fase dependerá del número de sesiones que se programen para la realización de la actividad del “lipdub”, ya que en relación a dicho factor se ampliarán o reducirán los tiempos de ensayo, como mínimo se necesitan dos sesiones. La buena comunicación y el trabajo cooperativo serán dos factores fundamentales en esta fase. Atendiendo a todos los aspectos anteriormente planificados y al papel del cámara, cada grupo realizará su actuación en cohesión con la organización de su papel y el de los demás, apoyando cada intervención con la espontaneidad y el dinamismo que requiere la actividad. En nuestra experiencia, recortamos al mínimo esta fase, debido a la escasez de tiempo y a entender que la primera fase era mucho más enriquecedora y productiva para la formación como docentes, por lo que le dedicamos mayor número de sesiones a dicha fase de planificación.

2.3. FASE DE GRABACIÓN.

La grabación es otra fase de ensayo más, sólo que la caracterización de los participantes en este caso deberá ser completa. En ella, deben efectuarse varias tomas para que los propios participantes elijan la que más les guste, adaptándose mejor al plan previamente establecido. En nuestro caso, no pudimos realizar el recorrido previsto, lo cual obligó a un alto nivel de improvisación y trabajo grupal para solventar los problemas que surgieron. Por tanto, es importante la flexibilidad para cambiar y adaptarse a una situación imprevista. Todo ello a través de un buen trabajo en equipo, de dinamismo y creatividad, rasgos tan característicos de la expresión corporal.

3. CONTRIBUCIÓN A LA EXPRESIÓN CORPORAL.

Inequívocamente, con la elaboración de un “lipdub” es posible activar una serie de contribuciones de gran valor desde una perspectiva educativa. Entre las más significativas destacamos:

- **Trabajo cooperativo.** Es importante reseñar que no solo por ser una actividad de tipo macrogrupal con objetivo común hablamos de trabajo cooperativo. Desde el primer momento del desarrollo de esta actividad hay que garantizar que se provoque:

- **Toma de decisiones grupales.** Desde la elección de la música, los recorridos a seguir y los grupos a establecer hasta la temática, los aspectos estéticos y decorativos han de ser susceptibles a que sean escogidos de forma democrática.
- **Sincronización.** Bien para la ejecución de movimientos de forma simultánea o en la coordinación secuenciada de estos.
- **Resolución de conflictos.** Cuando una tarea abierta es responsabilidad del grupo masivo es muy probable que surjan discrepancias. Para evitarlo, es importante guardar tiempos para el diálogo y la reflexión conjunta.
- **Responsabilidad individual de los integrantes.** Es importante que el compromiso de todos los miembros esté a la par, involucrándose cada uno de ellos de forma constructiva y participando de forma activa.
- **Creatividad.** Antes de su diseño, el “lipdub” es un lienzo en blanco. Aunque se establezcan pautas que definan la temática debe dejarse paso a la libertad y creación colectiva.
- **Expresividad.** El “lipdub” conjuga una estructura coreográfica con el uso de la teatralización para reivindicar o promocionar algo. Libre y no definida, la expresividad se manifiesta como un elemento fundamental que vincula esta dinámica con la Expresión Corporal.
- **Sentido y estructuración rítmica.** Un “lipdub” es el resultado de la sucesión de diferentes secuencias rítmicas concatenadas. Asimismo, la música establece una pauta externa que ha de ser respetada y con la cual armonizar la temática y sus diferentes propuestas.
- **Calidad del proceso frente al producto.** Aunque la lógica del “lipbud” reside en su filmación y el montaje final, hay que destacar que todo el énfasis ha de ponerse en potenciar la calidad del proceso. Esta dinámica es una experiencia vivenciada, que es susceptible a la aparición de múltiples contratiempos y dificultades. El verdadero interés se encuentra en cómo superar estos obstáculos y cómo activar todos los mecanismos que la conviertan en una experiencia satisfactoria, con una gran carga socioafectiva, que pueda acercar al alumnado y que dé prioridad a disfrutar haciendo” antes que a “hacer” y “saber hacer”.

4. CONCLUSIONES.

En el desarrollo de este artículo, se ha intentado clarificar la multitud de posibilidades y contribuciones al ámbito de la Expresión Corporal que posee el trabajo de la creación de un “lipdub” con el alumnado, así como las pautas de trabajo para llevarlo a cabo. Por lo tanto, vivenciando una experiencia de este tipo afirmamos que:

- La actividad de creación de un “lipdub” incluye la mayoría de las características de trabajo del ámbito de la expresión corporal, por lo que es una propuesta idónea desde el área de Educación Física con tintes de trabajo interdisciplinar.

- La planificación que requiere la actividad propuesta en este artículo contribuye a la mejora del trabajo cooperativo, de la buena comunicación, toma de decisiones, empatía, resolución de conflictos a través del diálogo, etc. Por lo tanto, constituye un trabajo muy enriquecedor en el plano socio-afectivo, contribuyendo a la adquisición de la competencia social y ciudadana, así como a la competencia en autonomía e iniciativa personal.
- El “lipdub” es un recurso motivador para el alumnado y puede ser utilizado como medio para la consecución de diversos objetivos del currículum, en tanto los participantes sienten un especial interés por la actividad que les lleva a una mayor implicación en el proceso. Además, el material resultante de todo este proceso, es considerado por el alumnado una forma de ver plasmado su esfuerzo y trabajo, siendo también un recuerdo entrañable de los los lazos afectivos que unen al grupo.

Para concluir, además de lo anteriormente reseñado, la realización de este trabajo ha contribuido a mejorar la cohesión del grupo. La búsqueda de un objetivo común, dentro de un marco recreativo y de diversión, nos ha llevado a trabajar sin tiempo ni limitaciones de esfuerzo para conseguir el mejor resultado, tanto a nivel personal y como escénico (Imagen 1).



Imagen 1. Foto grupal de la experiencia

5. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS.

Cuéllar, M.J. y Rodríguez, Y. (2009). Estrategias de enseñanza y organización de la clase de Expresión Corporal. *Habilidad Motriz*, 33, 5-14.

Cuéllar, M.J, Navarro, M.A. e Indarte, S. (2008). Autoconcepto y Expresión Corporal. Principios para la mejora del autoconcepto mediante la Expresión Corporal. *Lecturas: Educación Física y Deportes*. <http://www.efdeportes.com/efd119/la-mejora-del-autoconcepto-mediante-la-expresion-corporal.htm> Revista Digital-Buenos Aires- Año 13-Nº119.

Velázquez, C. (2010). *Aprendizaje cooperativo en educación física*. Barcelona: INDE.

Rodríguez, A. (2008). Creatividad personal y su desarrollo. En M.J.Cuéllar y C.Francos (coord.). *Expresión y Comunicación Corporal para la Educación, Recreación y Calidad de Vida* (pp.95-110). Sevilla: Wanceulen.

Sefchovich, G. y Waisburg, G. (1999). *Expresión corporal y creatividad*. México: Trillas.

Agradecimientos

Este estudio forma parte de un Proyecto de Innovación Educativa subvencionado la Universidad de La Laguna (2011/2012) titulado: “Aprender haciendo la Expresión Corporal. Estudio y aplicación de metodologías docentes para la mejora de la eficacia en la formación global de los estudiantes”. Nuestro agradecimiento a todos los compañeros que han participado en la planificación y puesta en escena de este trabajo, así al Servicio de Deportes de la ULL por cedernos sus instalaciones.

Anexo I. Hoja de organización de grupos y música del “lipdub”

Grupo	Inicio/Fin /Intervalo	Duración	Letra

Anexo II. Recorrido del "lipdub" y distribución de los grupos



Anexo III. Organización del tiempo por grupos, lugar y recorrido realizado

Nº	TIEMPO	DURACIÓN	LUGAR	RECORRIDO
1	00:00	30''	Gradas	Al 2 y luego a sala de musculación y luego a la fuente
	00:30			
2	00:30	21''	Final pasillo gradas	Al 3 y va al grupo 11, en el muro y luego hacia la fuente
	00:51			
3	00:51	24''	Canchas pádel	Al 4 y va al grupo 11, en el muro y luego hacia la fuente
	01:15			
4	01:15	21''	Tatami	Al 5 hasta el 6, luego va al grupo 11, en el muro y luego hacia la fuente
	01:36			
5	01:36	22''	Esquina del campo azul	Al 6 y va al grupo 11, en el muro y luego hacia la fuente
	01:58			
6	01:58	23''	Final campo azul	Al 7 y va al grupo 11, en el muro y luego hacia la fuente
	02:21			
7	02:21	16''	Pasillo y sala de espejos	Al 8 y va al grupo 12, en las escaleras y luego hacia la fuente
	02:37			
8	02:37	14''	Sala de musculación	Al 9 y directamente hacia la fuente
	02:51			
9	02:51	21''	Por fuera de la sala de musculación	Al 10 y va directamente hacia la fuente
	03:12			
10	03:12	22''	De una puerta a otra	Directo a la fuente
	03:34			
11	03:34	30''	Fuera del comedor central	Al 12 y luego a la fuente
	04:04			
12	04:04	29''	Escaleras	Directo a la fuente
	04:33			
13	04:33	30''	Fuente	Todos los grupos juntos cantando
	05:03			

CHICOS POR FAVOR, ESTÉN ATENTOS A LOS LUGARES QUE TIENEN QUE OCUPAR. SI FALTA ALGÚN HUECO POR RELLENAR ENTRE GRUPO Y GRUPO INTENTEN PONERSE DE ACUERDO EN EL ORDEN DE ACTUACIÓN. ¡MUCHO ÁNIMO, QUE SEGURO SALE BIEN!.

Fecha de recepción: 23/04/2012

Fecha de aceptación: 11/5/2012