

TÉCNICAS DE EXPRESIÓN TEATRAL

(Propuesta de dos sesiones)

IES Ferrari. ASCyT. Actividades de Ocio y TL

José Manuel de la Fuente Ríos

TÉCNICAS DE EXPRESIÓN TEATRAL

Presentación

Desde el módulo de Actividades de Ocio y Tiempo Libre del Ciclo de Grado Superior "Animación Sociocultural y Turística", el alumno de primer curso, José Manuel de la Fuente Ríos, presenta esta propuesta de dos sesiones que versa sobre "Técnicas de Expresión Teatral".

Sumario

TÉCNICAS DE EXPRESIÓN TEATRAL.....	2
Presentación.....	2
Fundamentación.....	2
Objetivos:.....	3
1ª Sesión.....	4
Presentación.....	4
Desinhibición.....	5
Técnicas de reconocimiento.....	5
Técnicas de interpretación.....	6
Finalizar.....	6
Deberes.....	6
Evaluación.....	7
2ª Sesión.....	8
Presentación.....	8
Desinhibición.....	8
Registro de voces.....	8
Técnicas de interpretación.....	8
Confianza.....	9
Finalizar.....	9
Evaluación.....	9
Fuentes.....	10

Fundamentación

Estas dos sesiones están programadas para las y los adolescentes del grupo "Asómate", de la Parroquia de Santo Toribio de Mogrovejo de Valladolid, en el barrio de las Delicias, concretamente en la zona Caamaño-Las Viudas. Se trata de un barrio obrero, fuertemente golpeado por la crisis, que de nuevo ve crecer el tráfico de drogas por sus calles cada vez más deprimidas, con un altísimo índice de infraviviendas que comparte una población multicultural (junto a la tradicional minoría de etnia gitana, vemos hoy un crisol de culturas entre las que destacan la norteafricana marroquí, la rumana, la búlgara y la dominicana, sin pretender ser esto una lista exhaustiva), que no intercultural; en estas condiciones, las promesas del gobierno municipal entrante se quedan en nada, resultando un ambiente en el que muchos adolescentes han visto cortadas sus expectativas vitales, enfrentados

a diario con graves problemas de violencia estructural. Entendemos que este taller puede ser muy beneficioso para las personas que han empezado a acudir a este grupo, gracias al proyecto de trabajo de calle llevado a cabo por los educadores, ya que a través de estas técnicas trabajaremos **habilidades** como la escucha, la empatía, la asertividad y la comunicación; **valores** como el respeto, la cooperación y la confianza; todo ello desde una propuesta **metodológica** fundamentada en la participación, la horizontalidad, la inclusión, la responsabilidad compartida y el cariño, con el fin de fortalecer la **creatividad**, la **autoimagen**, el **autorrespeto** y la **autoestima** de las personas participantes.

Objetivos:

- Propiciar un encuentro positivo y enriquecedor de las y los participantes con sus propios cuerpos.
- Favorecer el reconocimiento y la expresión de emociones propias y ajenas de las y los participantes.
- Proponer un espacio de referencia a estas y estos adolescentes.
- Acercar el conocimiento y asimilación de técnicas de expresión a las y los participantes.

1ª Sesión

Presentación

Si suponemos que no se conocen o que hay gente nueva (o nosotros no les conocemos):

-Tuttifruiti: En círculo. Cada persona tiene otras dos a sus lados; la de la derecha será "Naranja" y la de la izquierda "Limón". En el centro, el animador señala aleatoriamente a una persona y le dice: "¡Naranja!" o bien "¡Limón!". La persona debe contestar rápidamente con el nombre de esos compañeros (si acierta, continúa en el círculo; si falla, pasa al centro para preguntar), y así varias veces. De vez en cuando, el animador gritará "¡Tuttifruiti!" y todos se cambiarán de sitio. (Podemos cambiar las palabras clave por otras más cercanas, dependiendo de la madurez de los participantes).

-¿Te gustan tus vecinos?: De nuevo en círculo, el animador, en el centro, pregunta a una persona: "¿te gustan tus vecinos?" Si dice que sí, pregunta a otra; si dice que no (y alentaremos esta respuesta), le volverá a preguntar: "¿Y a quién quieres por vecinos?" a lo que la persona interpelada responderá con el nombre de otras dos personas del círculo. Entonces, las personas que le flanquean deben intercambiar rápidamente el sitio con los nombrados, mientras el animador trata de ocupar también uno de estos cuatro sitios. Así varias veces (entre una y otra dejaremos disimuladamente unos segundos para que se pregunten los nombres).

-Soy... y me gusta...: En círculo, para grupos no muy extensos, uno empezará a decir su nombre y algo que le gusta con esta fórmula: "Soy... y me gusta...". El siguiente también se presentará con esta fórmula, y luego añadirá respecto al que le precede: "Y ella/él es... y le gusta...". La tercera persona de nuevo se presentará y repetirá lo de los anteriores y así hasta el final.

(Elegiremos una u otra técnica en función de cómo veamos al grupo; la que no se haga la 1ª sesión, la haremos la 2ª).

Si suponemos que ya se conocen (y ya les conocemos):

-Decir una cosa buena de la semana cada participante. Es importante alentar sin juzgar.

-Amo en secreto: En círculo, sentados en sillas. Dejaremos una silla vacía. La animadora explicará el juego. La persona más cercana a la silla vacía dice su nombre "Me llamo...", cambiando de sitio hacia la silla vacía y por tanto dejando vacía a su vez aquella en la que estaba sentada; la siguiente persona ocupará a su vez la silla dejada por la anterior, mientras dice "Y amo..."; la siguiente repetirá la acción mientras exclama: "Muy, muy en secreto..."; la cuarta persona repetirá y dice el nombre de otra persona del círculo (no de una de las que han hablado ni de nadie que esté a menos de dos posiciones de ella). Cuando la persona escuche su nombre, debe levantarse para ocupar la silla que ahora está vacía (la de la última que se trasladó), mientras las personas que la flanquean tratan de impedirsele (sin levantarse y sin violencia extrema a ser posible). De este modo iremos repitiendo varias veces.

Desinhibición

Cantaremos una canción en grupo que nos haga intimar físicamente y reír.

- "El tren del amor"

Sube en la estación de la risa, ja, ja, ja (*la mimamos poniendo la mano en la tripa y echándonos hacia atrás*)

a la locomotora de humor, ¡chu! ¡chu! (*con la mano izquierda, imitamos una sirena del tren*)

Súbete al vagón de la fantasía,

súbete al tren del amor.

Que hace chiqui (*salto al frente*),

quehace chaca (*salto hacia atrás*),

que hace chiqui, chiqui, chiqui, chiqui, chaca (*saltos al frente y el final atrás*).

Que hace chaca (*salto hacia atrás*),

que hace chiqui (*salto al frente*),

que hace chaca, chaca, chaca, chaca, chiqui (*saltos atrás y el final al frente*).

En círculo, cogidos de los hombros/cintura de la persona de delante, se van dando pequeños pasos mientras se canta la canción. Se hace seguida la primera estrofa cuando ya se han hecho uno a uno todos sus versos.

2) Para la segunda estrofa, es importante que se entiendan bien la indicaciones de la animadora:

Cada "chiqui", se salta adelante; cada "chaca" se salta hacia atrás.

La animadora puede, al finalizar este punto, unirse al círculo para realizar toda la canción seguida.

3) Una vez terminada la canción, damos un paso lateral hacia dentro, de modo que el círculo se estrecha y cogemos de los hombros/cintura a la persona que esté dos posiciones por delante.

4) Una vez terminada la segunda ronda, se vuelve a estrechar el círculo, agarrando a quien esté tres posiciones por delante; posiblemente se pueden sentar en las rodillas del de atrás. Normalmente en este punto el círculo está un poco "perjudicado" y pleno de risas.

Técnicas de reconocimiento

En esta primera sesión haremos varias técnicas de reconocimiento, tanto en grupo como por parejas.

-Reconocimiento de voz: en círculo, con los ojos cerrados, el animador va tocando a las personas y estas dicen algo; el grupo debe reconocerlas (si se conocen mucho, igual no es muy productiva).

En un segundo momento, igual pero tratando de impostar la voz.

-Reconocimiento táctil: Una persona en el centro, sentada en una silla. La animadora escoge a

alguien para que se siente en sus rodillas. Solo tocando la cabeza y los hombros, se debe reconocer quién es (seguramente es mejor hacerlo en grupos más pequeños, a lo mejor dividir el grupo en dos o en tres). Si no lo adivina, otra persona se sentará encima de la que ya está sentada, y esta (se le vendan los ojos) debe tratar de adivinar la identidad de la nueva. Así sucesivamente hasta que alguien adivine quién está sentada en sus rodillas.

-Reconocimiento facial: En círculo, se les pide que cierren los ojos y la animadora los coloca por parejas. Solo mediante el tacto sobre el rostro, deben adivinar quién es su pareja. Cambio.

Técnicas de interpretación

-Museo de escultura: En parejas, uno es el artista y el otro la arcilla. Cada artista modela una escultura, por todo el recinto, en un par de minutos. A continuación, todos los artistas irán visitando el museo y escogiendo la escultura que más les haya gustado (3'). En común, primero la describirán, luego dirán por qué les ha gustado, qué les ha hecho sentir, y finalmente qué les ha hecho preguntarse (5'). Cuando todos hayan acabado, se intercambian los papeles originales "artista-arcilla" y se hará de nuevo la dinámica.

-Mando a distancia: en parejas. Una es el mando a distancia y la otra la televisión. La primera cambia de canal (del 1 al 6, por ejemplo) y la "televisión" emite un programa diferente para cada número (se les puede dar una papel con las indicaciones, permitirles improvisar o instarles a llegar a un acuerdo antes de empezar la dinámica). Tras un par de minutos, se cambia.

-Qué llevo en la maleta: En círculo, nos vamos de viaje y preparamos la maleta. La animadora empieza: dice a la persona de su derecha, en alto, lo que lleva en la maleta, y esa persona debe interpretarlo en el centro del círculo (es mejor si se sugiere originalidad: "una película de acción", "la mascota salvaje de un dinosaurio carnívoro"...). A continuación, la persona vuelve a su sitio, y la que está a su derecha sale y le pregunta: "¿qué llevo en la maleta?". Se lo dice y se continúa la cadena.

Finalizar

Nos vamos con música.

-El director de orquesta: con los ojos cerrados, y sobre música muy bajita e instrumental, vamos a seguir a un director de orquesta que no va a hacer gestos, sino sonidos corporales. Empezará la animadora, y después de un rato tocará en el hombro a alguien para que continúe. Es importante, pues, no tocar demasiado alto, pues si no, no escucharemos los cambios.

Deberes

Les pediremos que, en grupos de tres, escojan un programa de televisión o un vídeo y lo representen para el próximo día durante un par de minutos.

Evaluación

¿Qué les ha gustado más?

¿Qué menos?

Propuestas de mejora.

2ª Sesión

Presentación

-Si no se conocen bien (o no sabemos bien sus nombres), alguna de las que no hicimos la primera sesión.

-Si se conocen (y los conocemos), empezaremos con **1 cosa buena de la semana.**

Desinhibición

-**Transportar el águila:** En grupos de al menos cinco personas (depende de la diferencia de pesos y las fuerzas). Una persona se echa en el suelo con los brazos en cruz y las piernas ligeramente separadas. El resto le sujeta por las axilas y las piernas y le levanta en esa posición, transportándole (con cuidado, ni que decir tiene) por el recinto. Se van cambiando hasta que todas las personas (que quieran) hayan sido transportadas. Además de confianza necesaria, la sensación suele ser placentera y nueva para mucha gente.

-**Las gallinitas ciegas:** con los ojos cerrados, vamos a dar vueltas por el recinto, y cuando nos encontremos con alguien le damos un abrazo y seguimos abrazados mientras caminamos; vamos añadiendo personas poco a poco hasta que todos estemos juntos (la animadora deberá vigilar que nadie quede fuera).

Registro de voces

-**Múltiples personajes:** En círculo. La animadora, en el centro, llamará a alguien a su lado con una voz fingida (infantil, de persona mayor, de dibujo animado, de adolescente al que le cambia la voz, un animal, un extraterrestre acuático...), y ocupará su lugar. Este a su vez llamará al que tenía a su derecha/izquierda con otra voz, y así sucesivamente. Si alguien decide repetir "personaje", deberá hacerlo cambiando el volumen, la velocidad, el tono...

Técnicas de interpretación

-Se representan los **programas de televisión** que los grupos han preparado (lógicamente, debemos tener una buena reserva de actividades, pues probablemente no todos los grupos, si alguno, habrán preparado algo).

-En parejas o tríos, vamos a hacer el clásico juego "**Si fueras...**" (un animal, una planta, un electrodoméstico, un deporte...), **interpretando** las respuestas con mímica y, opcionalmente, sonidos. Si no son muchos en el grupo, se puede hacer en común, y todos deben adivinar lo que mima.

-**Órdenes al revés:** en parejas. Uno da una orden y el otro **hace** lo contrario. Luego se cambia. (3'

en total). Se puede dar una lista de sugerencias, dependiendo del grupo.

-Doble personalidad: El grupo a un lado. Frente a ellos, dos personas van a discutir sobre un tema dado por la animadora. Para ello, se sentarán frente al grupo, cada una en una silla, la cual definirá el rol que deben interpretar en la discusión (la animadora puede moderar o elegir una moderadora). Tras escuchar ambas argumentaciones, intercambiarán las posiciones, pasando a interpretar la posición contraria (quizá se puedan fijar, con algunos temas, tres roles). Se harán varios debates, dependiendo del tiempo disponible y de la capacidad de empatía y discurso de las personas participantes; lógicamente, estos son puntos a fortalecer paulatinamente.

-Un limón feliz en un jacuzzi. Se hacen grupos de tres personas al azar. A cada grupo se le da un personaje, un sentimiento y una localización (por ejemplo: un limón, feliz, el jacuzzi de la Moncloa). Les damos diez minutos para preparar una historia (lógicamente, no vale "había una vez un limón feliz bañándose en el jacuzzi de la Moncloa"; deben introducir más personajes y crear una trama mínima) y ensayarla para representarla.

Confianza

-La red: El grupo al fondo de la clase es una red. Desde el otro extremo, y de una en una, las personas se lanzan a correr hacia la red con los ojos cerrados. Se deben colocar personas a lo largo del camino por si se desvía. No se debe forzar a nadie que no quiera hacerlo, pero es importante dejar tiempo para la puesta en común, e incidir en la idea de equipo y de confianza. Abrazo colectivo.

Finalizar

-Las sillas musicales... mudas: Se trata del típico juego de las sillas en las que las personas giran alrededor de las sillas mientras suena una música y cuando esta para deben sentarse (hay una silla menos que el número de personas) pero no se eliminan personas sino sillas, de modo que al final solo queda una silla y un elevado número de personas sobre ella. Cuidado con que la última silla sea resistente, e incidir en la idea de cooperación.

Evaluación

¿Qué les ha gustado más?

¿Qué menos?

Propuestas de mejora.

Fuentes

Todas las dinámicas se han realizado en diferentes momentos:

- Dentro del desenvolvimiento habitual del grupo juvenil "Asómate" de Santo Toribio de Mogrovejo, en Valladolid
- En los talleres de la Casa de Acogida para personas con SIDA "Miguel Ruiz de Temiño"
- En los grupos de acompañamiento en el aprendizaje del Español para Extranjeros de la Parroquia de Santo Toribio
- Clases de teatro del IES Delicias de Valladolid impartidas por Manuela Serrano
- GAC (Grupo de Aprendizaje Colectivo) de Teatro de la Escuela de Prosperidad de Madrid
- En las clases de acompañamiento en el aprendizaje de Español para Extranjeros de ACLAD (Asociación Castellano-Leonesa de Ayuda al Drogadicto)
- Durante las actividades de apoyo al estudio, así como en las actividades de ocio y TL, para niños y preadolescentes en la parroquia de Santo Toribio de Mogrovejo, Valladolid
- Curso de "Dinamización de Tiempo Libre Educativo Infantil y Juvenil" y "Monitor de Tiempo Libre" impartido por ASECAL