

EJERCICIOS TEATRO TALLER "ALLE AUF DIE BÜHNE" DEL BILDUNGSZENTRUM, 12-13.11.2005

Recopilación de Emilia Conejo

0. EJERCICIOS DE PRESENTACIÓN PARA CONOCERSE Y APRENDER LOS NOMBRES

- a) En círculo se tira una pelota o algo similar mientras se dice lo siguiente: *soy... y saludo a... o soy ... y éste / ésta es...*
- b) Luego todos en círculo pero mirando hacia afuera y con los ojos cerrados. Uno empieza y dice *Soy... y saludo a... que es / tiene / lleva...* (se nombra alguna característica física, lo que lleva puesto o algo así). Se trata también de tematizar la percepción y lo poco o mucho que nos fijamos en lo que nos rodea.

1. PARA ENTRAR EN CALOR

- a) Vamos caminando por el cuarto de diferentes formas:
- tranquilamente,
 - con una bolsa llena de cosas de la compra,
 - con prisas porque vamos a perder el autobús, eufóricos porque nos ha tocado la lotería,
 - enfurecidos porque nos hemos dado cuenta de que el dinero era falso,
 - caminamos por la isla de nuestros sueños...
 - como un rey o una reina
 - como un pordiosero

De todo esto se puede ir haciendo una pequeña historia o cambiar las instrucciones sin que haya relación entre ellas. En una fase más avanzada se puede añadir una frase (por ejemplo un dicho o refrán) que se debe ir diciendo de acuerdo a la forma en la que estamos andando.

- b) Al caminar y encontrar a alguien
- le miramos a los ojos.
 - Luego podemos añadir un saludo,
 - luego un saludo con el nombre de pila.
 - Nos imaginamos que estamos en un país muy extraño donde la gente se saluda tocándose con una parte del cuerpo
 - Nos imaginamos que la gente se saluda chocando sus hombros derechos (o izquierdos, o los talones de un pie, o un glúteo...)

c) Al caminar tenemos que intentar

- a) tirar del pantalón a quien va delante de nosotros pero que no nos tiren a nosotros
- b) darle un beso a alguien pero que no nos lo den a nosotros

2. EJERCICIOS DE COORDINACIÓN, REACCIÓN Y RAPIDEZ

- En círculo, se pasa una palmada con el movimiento de abrir las palmas tras la palmada en dirección de la persona a la que se pasa.
- Luego se puede cambiar de dirección

- Luego se sigue con la palmada siempre hacia la derecha, pero una persona emite un ruido que hay que ir pasando hacia la izquierda. La palmada sigue su camino hacia la derecha y el grito hacia la izquierda.

3. EJERCICIOS DE ASOCIACIÓN

a) Vamos por la clase y vamos tocando lo que vemos. Al verlo lo nombramos.
- Hacemos lo mismo, pero en vez de nombrarlo, lo llamamos de otra forma, decimos otra palabra. Importante en este caso es hacerlo lo más rápidamente posible para que no dé tiempo a pensar, sino que sea un mero proceso de asociación.

b) En un círculo muy pequeño se lanzan asociaciones de palabras de la siguiente manera: una persona dice una palabra compuesta, una frase hecha, una expresión (en alemán son *Zusammensetzungen* del estilo *Kleiderständer*), por ejemplo "tercera edad". Al decir esto hace el gesto de entregarle esta expresión a una persona del círculo. La persona la acepta, la repite, hace un gesto de tomarla, y crea otra asociación a partir de la última palabra, por ejemplo "edad de piedra". Así sucesivamente. Se pueden crear asociaciones que no tengan sentido, que sean nuevas.

4. EL ESPEJO

Se hacen dos filas. Una fila comienza a representar una escena cotidiana como arreglarse delante del espejo. El otro lo imita. Luego se cambian los papeles.

5. PANTOMIMA: EMOTIONALES GEDÄCHTNIS (MEMORIA EMOCIONAL)

a) Preparación (bostezos): Todos se sientan en círculo sobre una silla. Cierran los ojos e intentan bostezar y estirarse. Pueden emitir los ruidos que quieran. Para forzar el reflejo del bostezo de masajea con dos dedos la parte posterior de los lóbulos de las orejas y comienzo de la parte de al lado de la cabeza. Una vez relajados se comienza con la pantomima en sí:

b) Todos imaginan que tienen un plato sobre las piernas. Tienen que sentirlo y saber qué tamaño tiene. El plato está vacío. Luego imaginan que sobre el plato hay un plátano. Se imaginan cómo es, si está maduro o verde, etc. Luego cierran los ojos, cogen el plátano muy lentamente, lo pelan, lo muerden, lo mastican y se lo comen entero. Lo importante en este proceso es que cada movimiento sea muy consciente y que se intente reproducir en la memoria la textura del plátano, el sabor, lo que se siente al masticarlo, etc. Luego se deja el plato con la cáscara debajo de la silla.

c) La monitora reparte una chocolatina a cada uno. Hay que desenvolverla, partir un trozo y llevárselo a la boca. Normalmente, en lugar de masticarlo, como se hizo con el plátano, ahora se chupetea el chocolate. Sólo al final se mastica realmente.

De estos ejercicios es importante ver lo difícil que es reproducir una acción cotidiana que hemos hecho miles de veces una vez que no tenemos el objeto en cuestión.

6. EL TELÉFONO ESCACHARRADO

(*Stille Post*) con una pequeña escena de unos dos minutos de duración. Salen todos del aula excepto una persona. La monitora le dice a esta persona qué escena debe desarrollar (por

ejemplo lavar un elefante). Entra un participante y ve la escena. Luego entra un tercero, y el segundo debe representar la escena tal como la ha visto para esa tercera persona. Así hasta el último. Al final, normalmente la escena es muy diferente a la escena inicial. Sirve para ver la cantidad de detalles que se pierden a lo largo del proceso. Vemos que nuestra interpretación de lo que vemos nos juega una mala pasada, porque nos hace filtrar la realidad para que se adecue a lo que creemos haber visto.

7. HAGO LA MALETA

Todos se ponen en círculo. En el centro hay una maleta imaginaria. El primero empieza diciendo. "Hago la maleta y me llevo..." y al mencionar el objeto, la prenda de ropa, etc. que se lleva, hace un gesto: por ejemplo, si son las gafas, hace el gesto de quitarse las gafas y meterlas en la maleta. El siguiente dice: "Hago la maleta y me llevo las gafas y..." y vuelve a hacer los gestos. Así se van acumulando objetos y cosas que hay que llevarse, con sus correspondientes gestos. Quien olvida algo pierde y se elimina. Los demás siguen por donde se quedaron.

8. TEATRO DE IMPROVISACIÓN

Dos personas salen al escenario y representan una escena cotidiana. Es muy importante que en la escena haya movimiento, si no se muere enseguida. Cuando alguien dice "stop", las personas se quedan en foto fija y una persona (por ejemplo la que ha dicho "stop" u otra a quien le toque) tiene que sustituir a una de ellas, tomar la posición en la que habían quedado y comenzar una nueva escena a partir de la postura o posición que ha adoptado al sustituir a la otra persona. Importante en este ejercicio es que las escenas sean cortas y que haya movimiento, no es tan importante hablar como moverse.