Ejemplos de Actividades.

**La expresión corporal**

Secuenciación

1ª Sesión: El gesto y el mensaje corporal.

2ª Sesión: La representación individual guiada y libre.

3ª Sesión: Interpretaciones grupales guiadas.

4ª Sesión: Dramatización colectiva de forma libre.

Observaciones

 En el transcurso de esta Unidad Didáctica consideramos como fundamentales el respeto entre los/as compañeros/as, por lo que a lo largo de las sesiones incidiremos en este aspecto, evitando y rechazando las risas y los comentarios despectivos.

 Remarcaremos que la ejecución de las tareas indicadas de dramatización sea en silencio, y que solo podamos hablar cuando la tarea lo indique, ya que, si no es así, se pierde gran parte del valor de la actuación.

Actividad nº 1

 Colocados por parejas, un/a alumno/a debe representar diferentes realidades, y el/la otro/a debe adivinar lo que se está representando. Cada vez que se adivine habrá cambio de roles. A continuación nos juntamos en grupos de cuatro, y de dos en dos irán representando diferentes realidades para que los demás las adivinen.

 Para realizar esta actividad no es necesario utilizar ningún material.

Actividad nº 2

 El juego del “como si”. Para desempeñar esta tarea necesitaremos el máximo número de material posible. Intentaremos tener todos los mismos materiales, e ir caminando por el aula y al encontrarnos con un/a compañero/a hacer ver al otro/a alumno/a lo que imaginamos que es nuestro instrumento.

 Para realizar esta actividad es necesario contar con aros, balones, picas, raquetas, pelotas de tenis, cuerdas…

Actividad nº 3

 Colocados/as en cuatro grupos, el/la profesor/a pondrá diferentes canciones. Los/as alumnos/as deben interpretar lo que dice la canción (la letra) o lo que sugiera la música que suena. Aproximadamente a los tres minutos, dejará de sonar la música y los grupos presentarán a sus compañeros/as las diferentes creaciones.

 Para realizar esta actividad es necesario contar con un equipo de Radio- CD.

Actividad nº 4

 Realizamos un gran círculo en el aula, el/la profesor/a junto con un/a compañero/a sale al centro y comienza a dramatizar una acción de la vida cotidiana. Los demás alumnos/as deben reconocerla y salir a actuar, de tal forma que se unan representando nuevas escenas. Al final deben estar todos/as los/as alumnos/as actuando a la vez.

 Para realizar esta actividad no es necesario utilizar ningún material.

Actividad nº 5

 Colocados en cuatro grupos cada uno de ellos debe salir a dramatizar una escena que hayan elegido, la cual sea lo suficiente concisa que pueda ser adivinada por los/as compañeros/as.

 No se podrá hablar en la dramatización, pero si realizar sonidos representativos.

 Para realizar esta actividad no es necesario utilizar ningún material.

**Juegos de roles**

Los juegos de roles pretenden que los participantes vivan no sólo intelectualmente, sino también con los sentimientos y el cuerpo, las situaciones que se proponen. Sirven para la adquisición de distintas habilidades:

- comprender que los otros tienen también puntos de vista, quizás opuestos, pero con sus argumentos y motivos.

- relacionar y coordinar distintos elementos y perspectivas.

- controlar y relativizar el propio punto de vista.

Los temas son ilimitados. Se pueden proponer a partir de las posibilidades que ha abierto una actividad previa:

- un debate o diálogo sobre un problema. Por ejemplo: las relaciones padres-hijos adolescentes.

- un texto escrito. Sobre la defensa de la Naturaleza, el mensaje del jefe indio Seattle al Presidente de los Estados Unidos (1850), que adapta e ilustra Susan Jeffers en el hermoso libro «*Hermano Cielo, Hermana Águila*».

- un texto oral. En favor de la xenofilia y la interculturalidad, la canción «*Contamíname*» de Pedro Guerra.

- una película. Sobre la pena de muerte, «*El verdugo*» de Luis García Berlanga.

o bien plantear directamente el tema.

Hay que definir la situación problemática o el conflicto entre distintos personajes, individuales y grupales y el juego puede ser dirigido o con mucho campo para la improvisación. La *Fantasía del gato y el ratón*, un juego dirigido, resulta válido para todas las edades:

*Objetivo:* Este juego de roles permitirá a los alumnos ponerse en determinadas situaciones, analizar sus reacciones y tomar decisiones. Fomenta la idea de los derechos humanos, intenta concentrarse en la respuesta emocional individual y resulta útil para analizar las relaciones de agresión-sumisión y de poder.

*Desarrollo:* El grupo-clase se divide en parejas. El animador dirige la situación con su palabra:

- Cierra los ojos e imagina que sales de esta habitación y vas por un camino muy largo. Llegas a una casa vieja y abandonada. Entras por un sendero y subes las escaleras de la entrada. Intentas abrir la puerta y esta se abre rechinando. Entras y miras a tu alrededor, ves una habitación oscura.

- De súbito, empiezas sentir una sensación extraña en tu cuerpo. Tienes miedo. Sientes que menguas, más y más. Ahora eres tan alto como el pretil. Sigues menguando hasta que, al mirar hacia arriba, ves que el techo está muy alto, muy, muy lejano. Ahora eres del tamaño de un libro y sigues menguando.

- Algo más empieza a ocurrir. Notas que también cambias de forma. Tu nariz se alarga y el pelo empieza a cubrir tu cuerpo.

- Ahora andas sobre cuatro patas y te das cuenta de que te has transformado en un ratón.

- Miras alrededor de la habitación desde tu posición de ratón. Estas sentado en un rincón de la habitación y ves que la puerta se abre.

- Entra un gato. Se sienta y observa atentamente. Se yergue y, paso a paso, empieza a pasear por la habitación. Tú permaneces muy, muy quieto. Sientes cómo late tu corazón. Sientes tu respiración. No le quitas ojo al gato.

-De pronto, el gato te ve y se pone al acecho. Poco a poco, se va acercando. Justo cuando está delante de ti, encorva el lomo. ¿Qué estás sintiendo? ¿Qué elección tienes en este momento? ¿Qué decides hacer?

- Justo cuando el gato se dispone a saltar sobre ti, vuestros cuerpos empiezan a temblar. Sientes que estás transformándote de nuevo. En esta ocasión, estás haciéndote grande. El gato parece menguar y cambia de forma. Ves que el gato es de tu mismo tamaño y, acto seguido, es más y más pequeño.

- El gato se transforma en un ratón y tú en un gato. ¿Cómo te sientes ahora al ser más grande y no estar atrapado? ¿Cómo te mira el ratón? ¿Qué sientes? Decide lo que vas a hacer y hazlo. ¿Qué sientes?

- Ocurre nuevamente un fenómeno extraño; estás transformándote de nuevo. Eres más y más grande, hasta alcanzar tu propio tamaño. Ya eres tú de nuevo. Sales de la vieja casa y regresas a esta habitación. Abre los ojos y mira a tu alrededor.

*Debate:* Después de un coloquio abierto sobre las reacciones experimentadas en la situación imaginaria, se pueden utilizar las siguientes cuestiones para ampliar el contexto del debate:

- ¿Hay alguna similitud entre las relaciones «interpersonales», «intergrupos» e «internacionales»?

- ¿Qué ocurre en las relaciones de los individuos cuando existe una relación de poder?

- ¿Explotan las personas su posición de poder para alcanzar relaciones personales satisfactorias?

- ¿Hay equilibrio entre los elementos sumisos y los agresivos de una relación? ¿Cómo se puede alcanzar el equilibrio?

Las variantes son múltiples. También las técnicas y recursos. El uso de títeres, por ejemplo, puede ser un buen medio para la comprensión y la búsqueda de soluciones a un conflicto. Estos objetos de proyección y, a la vez, escudos de protección, ayudan a superar bloqueos y a manifestarse con más sinceridad ante uno mismo y ante los compañeros.

Lecturas tetralizadas.

*Besos para la Bella Durmiente* de Alonso de Santos

Farsa del príncipe encadenado.

Y pasamos a explicar el primer ejercicio de improvisación, al que hemos llamado “La Peluquería”. Se realiza en grupos de cuatro o cinco participantes. Se les permite tener una preparación previa de diez minutos, para repartir papeles y crear el espacio. Las condiciones son las siguientes:

1. Uno/a es el peluquero o peluquera. Los demás son clientes.

2. Entran a la peluquería cliente por cliente y piden un determinado servicio: corte de pelo, permanente, afeitado, lavado, etc.

3. El peluquero/a realiza el servicio (memoria sensorial, no olvidarlo), pero mientras tanto no deja de hablar, ni un segundo, no puede detenerse, diga lo que diga el cliente, pase lo que pase.

4. Cuando entra el siguiente cliente ocurre lo mismo, pero el peluquero/a toma el tema donde lo dejó y continúa su trabajo sin dejar de hablar ni un momento.

5. Hay que crear los diferentes personajes y sus reacciones particulares: resignarse, hablar más que el peluquero/a, rebelarse, marcharse sin pagar, etc.

6. Es necesario insistir previamente en la idea de que no se trata de representar de modo naturalista una peluquería, sino de realizar un ejercicio de memoria sensorial por parte de ambos y de realizar una situación límite.

Cuando esté todo preparado, comienzan las improvisaciones por parte de cada uno de los grupos. Serán unas cuatro improvisaciones para un grupo de veinte alumnos más o menos. Los demás son espectadores y finalmente ejercen la crítica del trabajo de sus compañeros.

 El sí y el no. El ejercicio es en un pequeño juego de improvisación para iniciar a los alumnos en este tipo de ejercicios.

Los objetivos que se propone son los siguientes:

1. Explorar y descubrir el valor y la fuerza de dos palabras opuestas, que se encarnan en dos personajes.
2. Explorar y descubrir los matices de expresión de cada una de esas palabras, sí y no, y trabajar todos los modos posibles de expresarlas.
3. Desvincular la palabra de motivaciones para encontrar su pura expresión.
4. Descubrir el movimiento escénico y sus significados, las posturas del cuerpo, los contactos y los alejamientos entre personajes.

El espacio es un escenario iluminado tenuemente, de modo general, y sin ningún accesorio ni mueble.

Los participantes se dividen en parejas y actúan de dos en dos, asumiendo cada uno la defensa obcecada del sí o del no, pero no hay ningún inconveniente en que durante el ejercicio, y dependiendo de las situaciones, acudan otros miembros del grupo a apoyar una opción, o sean llamados a colaborar. La condición siempre es que el conflicto entre sí y no tiene que ser resuelto de algún modo: por convicción de una de las partes, por reducción, dada una mayoría de apoyos, por apoyo del público, o por consenso o mediación; incluso se puede resolver por hallar una tarea común, un ritmo, una canción o una danza.

Se debe iniciar con una sencilla frase de distribución: tú eres sí y tú eres no.

Después de cada actuación, se puede hablar de lo que ha pasado: distribución del espacio, desplazamientos, gestos, tonos, proceso de discusión, resolución del conflicto.

No se permite que se focalice el sí o el no o el sí en un caso concreto. Sólo se trata de uno que dice sí y otro que dice no, con frases breves, con excusas, con pequeñas explicaciones de tipo cotidiano, sin referencia a ninguna postura personal.