

Taller d'improvisació

“Pensat i fet”

* * *

*(O com fer teatre a partir del no res
i no morir en l'intent.)*

INTRODUCCIÓ

Qualsevol intèrpret, contínuament, procura ampliar la seua disponibilitat per tal d'incrementar la seua capacitat actoral i poder assolir nous reptes interpretatius; però les tècniques teatrals no només interessen a professionals de les arts escèniques, sinó a totes aquelles persones que vulguen créixer a nivell personal, expressiu i creatiu.

La improvisació és una disciplina teatral que es centra en l'escolta, l'empatia, l'expressió d'idees, la sociabilitat i la creativitat. Saber improvisar ens permet fer teatre amb mínims, sense escenografia, vestuaris, llums, guió... tan sols necessitem actors i actrius, tota la resta ho fem amb la imaginació.

En aquesta formació proposem descobrir tècniques que ens permetran crear històries a partir del no res de manera satisfactòria.

OBJECTIUS

- Destacar el valor pedagògic del teatre i de la improvisació.
- Conèixer els principis fonamentals amb què treballa la improvisació: escolta, acceptació i joc en equip.
- Descobrir el potencial creatiu del teatre.
- Estimular les nostres competències comunicatives.
- Gaudir d'estar ací i ara.
- Experimentar diferents tècniques d'improvisació.
- Millorar l'autoestima i els vincles afectius.
- Potenciar les capacitats expressives.
- Assolir confiança per endinsar-se en el buit de l'escena.

CONTINGUTS

CONCEPTES BÀSICS DE LA IMPROVISACIÓ

- *Escolta*. Per construir una cosa en comú, hem de saber que és el que proposen els altres. Despertar tots els nostres sentits és imprescindible per poder improvisar.
- *Atenció*. La concentració ens ajuda a aprofitar tot el que passa ací i ara.
- *Treball en equip*. A l'hora de crear una història l'individualisme no condueix a cap lloc, necessitem la creativitat de tots per fer una bona improvisació.
- *Creativitat*. La creativitat és una qualitat que es fomenta, cadascun és creatiu d'una manera, cal descobrir quin mecanisme expressiu és el més adient per a cada individu.
- *Acceptar propostes*. Per fer avançar una improvisació necessitem dir sempre 'sí' a les propostes dels companys. El contrari ens du a l'estancament.
- *Expressió corporal*. Per mostrar el nostre imaginari només disposem del nostre cos i de la nostra capacitat per evocar atmosferes, espais i personatges.

ESTRUCTURA D'UNA SESSIÓ DE DRAMATITZACIÓ

- *Exercicis d'escalfament*. En este bloc treballem la cohesió de grup i la confiança entre els seus membres; així com l'atenció i la disponibilitat dels participants.
- *Tècniques de preparació d'allò que anem a treballar*. En aquest bloc proposem exercicis d'escolta, dibuix espacial, personatges, acceptació....
- *Tècniques específiques d'allò que volem focalitzar*. Tot allò que hem treballat en la primera part de la sessió ens conduirà a crear històries a partir del no res.
- *Reflexió i avaluació del que hem fet*. Reflexionar sobre allò que fem desperta la nostra capacitat crítica i ens ajuda a autoavaluar-nos. Descobrim qui som per saber qui podem arribar a ser.

CONCEPTES A TINDRE EN COMPTE A L'HORA DE FER UNA HISTÒRIA TEATRAL

- Espai. On estem?
- Temps. En quin moment?
- Personatges. Qui som?
- Conflicte. Què volem?

MÀXIMES DE LA IMPROVISACIÓ

- *Menys és més.* Quan pretenem ser molt creatius, deixem de ser-ho.
- *Dir sempre sí.* Confiem en els companys i tirem endavant la improvisació.
- *Qualsevol pretext pot ser un bon motiu.* Donem importància a tot allò que passa, qualsevol proposta pot ser bona per fer créixer una història.
- *Creure's el que fem.* Si nosaltres no ens creem el que fem, no ens creurà ningú. Juguem de veres, si estem, estem al cent per cent.

METODOLOGIA

- *Pràctica i dinàmica.* La teoria es presenta mitjançant l'exemple i l'experimentació. Diu un proverbi xinès: "El que escolto ho oblidat, el que veig ho recordo, el que faig ho aprenc."
- *Basada en el joc.* La pedagogia d'allò lúdic és essencial per assolir conceptes de manera ferma. Aprenem allò que ens emociona; per això aprenem allò que fem jugant, perquè el joc és divertit i allò divertit està lligat a una emoció positiva que potencia l'aprenentatge.
- *Grupals.* Treballant en equip reforcem els vincles amb els altres, aprenem a ser empàtics, respectuosos i a conviure en societat.
- *De la sorpresa i la repetició.* La repetició ens especialitza, s'assoleix una competència al llarg de les sessions. La sorpresa ens diverteix, ens estimula en cada sessió.
- *De la passió.* Per capacitar-se cal gaudir i experimentar passió.

CONTACTE

Telèfon: 626231823

Mail: teatredecaixo@teatredecaixo.com

Web: www.teatredecaixo.com

