

# Educa amb l'Art 2015/16

Formació adreçada a professionals  
de l'acció social i educativa

**apropa**  

---

**cultura**  
una porta  
a la inclusió

# Teatre



Les arts fan créixer la persona

**Marcel Tomàs**, creador escènic, actor i director de la companyia Cascai Teatre.

Formació organitzada per:  
**Teatre Municipal de Girona**

Aquesta documentació ha estat elaborada després de la formació  
Educa amb l'Art del 23/01/2016 al Teatre Municipal de Girona.

Educa amb l'Art | Teatre Municipal de Girona | 23 de gener de 2016  
Marcel Tomàs

## 1. Presentació

A la sessió es treballa el mim, sempre des d'una manera divertida, l'Humor Gestual. La principal norma és passar-s'ho bé, és la manera que el públic sempre gaudeixi del nostre treball. Cada cop que una persona actuï o faci una improvisació caldrà que pensi: surto a passar-m'ho bé.

L'objectiu és aprendre a riure's de nosaltres mateixos, de reconèixer els nostres límits i mancances per tal d'aprofitar-los per crear personatges, estats, etc,... T

En el fons el mim només és l'excusa, una tècnica, un idioma, el que ens interessa és crear històries amb aquesta llenguatge que l'única limitació que té és la de NO utilitzar la paraula.

Utilitzarem:

- el cos
- els gestos
- les ganyotes

A través d'aquests elements ens comunicarem amb el nostre públic: l'important és l'emoció que hi posem per omplir de contingut el gest físic.

La comunicació no verbal, l'expressió corporal està present en totes les maneres de comunicar-nos i de relacionar-nos, cal tenir-lo present.

## 2. Metodologia

Dividirem el taller en tres parts:

- PRIMERA PART:** escalfament i cohesió del grup.
- SEGONA PART:** tècnica aplicada al moviment.
- TERCERA PART:** creativitat.

## PRIMERA PART: ESCALFAMENT I COHESIÓ DE GRUP

Activem el cos amb diferents exercicis d'escalfament, bàsicament per posar en marxa les articulacions, escalfament físic, etc

### JOCS

Ens serviran per desinhibir-se, cohesionar el grup i buscar el pallaso que tots tenim dins. Jugarem a:

- **Joc de "El Sr. Llach diu":**

S'escull una persona del grup per a que sigui el Sr. Llach. El Sr Llach és qui mana, si el Sr. Llach dóna una ordre de complir. Només hem de fer cas a l'ordre si ve precedida de "El Sr. Llach diu" si es dona un ordre però sense aquesta frase davant no s'ha de fer cas. Els jugadors queden eliminats si fan cas d'ordres que no digui el Sr. Llach. És un joc que potencia la concertació i treure la comicitat que cadascú té.

Exemples: El Sr. Llach diu que caminem de pressa, el Sr. Llach diu que ens comportem com un dinosaure,...

- **Jocs de contacte físic:** el gat i la rata, un, dos tres pica paret, etc.
- **Joc del Mirall:** imitar el que un fa i calcar els moviments. Es requereix precisió i concentració. També saber escoltar a l'altre i no anticipar-se.
- **Estàtues:** un és escultor artista i fa una creació amb el cos de l'altre i li posa un títol (per exemple: Guernica, Estiu, Manifestació,..). Aquest exercici evoluciona cap a una composició coral que s'ha de fer per grups, a partir d'un títol s'ha de fer una creació conjunta i l'altre grup ho ha d'endevinar.



## SEGONA PART: TÈCNICA APLICADA AL MOVIMENT

- **Exercici de la pedra:** treballar l'imaginari dels objectes. Fem veure que tenim una pedra entre mans i ens l'anem passant els uns als altres, llançant, amb compte, amb ràbia etc... aquesta pedra canvia de pes i volum, ara pesa 2k, després 5k, 20k, de cop és molt lleugera... Buscarem la complicitat amb els companys. La pedra finalment pesa tant que no la podem ni agafar, ens cau a sobre.



- **La càmera lenta:** destriar el moviment amb la càmera lenta. Treballem dos situacions:
  - El Bon Rotllo: dos personatges que es troben, es reconeixen i s'alegren de veure's. Reaccionen.
  - El Mal Rotllo: dos personatges que es troben, es reconeixen i expressen el seu rebuig. Evoluciona cap a un conflicte que fet amb càmera lenta resulta còmic.
- **Entrades a escena:** diferents maners d'aparèixer a l'escenari.
  - Escales
  - Ascensor
  - Cinta transportadora

Generem petites escenes ( en grups de dos o tres) amb aquesta tècnica treballada. Un narrador va complicant les situacions que els actors han d'anar obeint.

## TERCERA PART: CREATIVITAT

Objectiu:

Crear una escena amb un principi, un conflicte (desenvolupament) i un final.

Grups de 5 persones.

Utilitzarem la tècnica i la metodologia treballada.

Un cop creada l'escena, l'ensenyarem davant la resta de companys. Un cop acabada, en fem una crítica constructiva entre tots els membres participants i públic.

Possible escena per a crear en conjunt:

- Un espai tancat, com pot ser un ascensor o un autobús.
- Personatges: monja, senyora embarassada, delinqüent, un senyor gran, etc,...
- Anem desenvolupant petits conflictes degut a la manca d'espai.
- Els conflictes acabaran esdevenint una gran tragèdia, tot des del punt de vista còmic.



## Recursos en xarxa

Al web d'Apropa Cultura comptem amb un apartat on trobaràs recursos per a aprofundir en les sessions i visualitzar les formacions de cursos anteriors.

Podràs consultar:

- **Vídeos** de les formacions Educa amb l'Art
- **Dossiers** pedagògics de les sessions.
- **Articles i documentació** relacionada amb les arts i l'àmbit social

Clica aquí i descobreix com treballar les arts en el dia a dia!  
<http://www.apropacultura.cat/formacio.aspx>

**/Cercador de recursos**

Troba recursos dels següents temes:

- Educa amb l'Art
- Experiències artístiques i socials
- Metodologies de treball
- Atenció als col·lectius socials
- Projectes artístics dels equipaments Apropa Cultura

Escull la temàtica artística:

- Música
- Dansa i circ
- Teatre
- Arts plàstiques i visuals

Escull el col·lectiu:


- Discapacitat física i sensorial
- General
- Infància i Joventut
- Salut mental
- Discapacitat intel·lectual
- Gent gran
- Risc d'exclusió

Quin tipus de format busques?


- Text
- Enllaç
- Presentació
- Vídeo
- Imatge
- Àudio

Nom del document, autor ...

**Cercar recursos**



**Formació de Dansa | Educa amb l'Art 14/15 |**



**Blog Museus i Accessibilitat**

## Formacions Educa amb l'Art

Les formacions s'adrecen a professionals de l'acció social i educativa que treballen a centres socials [registrats a Apropa Cultura](#).

Organitzem sessions Educa amb l'Art durant tot l'any: consulta el calendari de les sessions i fes la teva inscripció. Ho trobaràs a l'apartat Formació del web d'Apropa Cultura:

Consulta el calendari:  
<http://www.apropacultura.cat/formacio-mediateca.aspx>

## Apropa Cultura

Obrim les portes dels teatres, auditoris i museus perquè tots necessitem la cultura.

[www.apropacultura.cat](http://www.apropacultura.cat)

Email: [apropa@apropacultura.cat](mailto:apropa@apropacultura.cat)

Telèfon: 93 247 93 00 ext. 469 i 339

c/ Lepant 150  
08013 Barcelona