



## OUTPUT O2 – GUÍA

# CÓMO LOGRAR UNA TALLER TEATRAL CENTRADO HISTORIAS Y PATRIMONIO CULTURAL

*Editado por Andrea Anconetani*

### *Working group O2*

*Alessandro Pertosa, Andrea Anconetani, Asunción Galiano Pérez, Edmilson Gomes dos Santos, Eugenio Criscuolo, Nazzareno Vasapollo, Samuel Chaves Diaz, Sérgio Manuel Pereira Novo*

Associated partners



Asociacion Española de  
Educacion Emocional



Co-funded by the  
Erasmus+ Programme  
of the European Union

*The European Commission support for the production of this publication does not constitute endorsement of the contents which reflects the views only of the authors, and the Commission cannot be held responsible for any use which may be made of the information contained therein.*



# ÍNDICE

1. EL LABORATORIO TEATRAL.....	1
1.1. Introducción general.....	1
2. DESCRIPCIÓN GENERAL DEL LABORATORIO.....	3
2.1. Articulación del tiempo.....	3
2.2. Número de participantes.....	5
2.3. El espacio de procesamiento.....	6
2.4. En cuanto al espacio escénico.....	6
3. ESCANEADO DE ACTIVIDADES.....	9
3.1. Esquema general de la ejecución de las lecciones.....	9
3.2. Fase preliminar.....	10
3.3. Precondición.....	10
3.4. Elaboración.....	11
3.5. Restitución.....	11
4. EL LABORATORIO Y SUS FASES – EJERCICIOS.....	13
4.1. Fase de bienvenida.....	13
4.2. Fase “Lección”, sección Precondición - Conciencia del cuerpo y la voz.....	19
4.3. Fase “Lección”, sección Precondición - Movimiento del cuerpo en el escenario.....	22
4.4. Fase “Lección”, sección Precondición – Expresar emociones.....	24
4.5. Fase “Lección”, sección Elaboración - Ejercicios en el camino que va de la pluma al cuerpo. .	25
4.6. Fase “Lección”. Sección Elaboración - Ejercicios en el camino del cuerpo a la pluma. ....	29
4.7. Fase “Cierre”.....	33

# 1. EL LABORATORIO TEATRAL

## 1.1. Introducción general

La descripción de un laboratorio teatral trae consigo constantemente puntos problemáticos. De hecho, se trata de dotar de una serie de herramientas técnicas que, colocadas adecuadamente en el contexto adecuado, puedan conducir a un correcto desarrollo de una secuencia operativa o ¿hay más? Evidentemente hay más y el riesgo es siempre el de querer ser por un lado demasiado detallado hasta el punto de servilismo, por otro demasiado vago y por tanto ineficaz en la tarea de establecer una guía de referencia para un operador que quiere acercarse a modo de trabajo.

Una cosa es cierta. Por su naturaleza, el laboratorio teatral no se puede representar completamente en una mera estructura modular, como puede serlo por ejemplo un programa, ya que está afectado por innumerables variables, muchas de las cuales son completamente impredecibles a priori. Sin embargo, es posible establecer las etapas fundamentales para realizar un taller teatral y describir un conjunto de ejercicios colocados racionalmente en el contexto del escenario a realizar. La elección del ejercicio a realizar y la concatenación lógica de los ejercicios se dejará obviamente a la pericia del operador, quien tomará sus decisiones en función de las condiciones operativas, las limitaciones y las oportunidades que el grupo de trabajo hará posible.

Dicho esto, nuestra tarea, lo que queremos llevar a cabo en este capítulo específico de la investigación, es describir el conjunto de herramientas necesarias para hacer funcionar un laboratorio capaz de producir un evento teatral que, sin embargo, está específicamente diseñado para acercarse a los jóvenes a historia y patrimonio cultural, que está fuertemente conectado con la historia. Un evento teatral que, por tanto, no es el objetivo final de la obra sino un modelo para transmitir la investigación, la energía y la fuerza creativa de los jóvenes; acercarse a la historia y conocer el patrimonio cultural de forma activa y participativa y conectándolo, a través de la restitución espectacular, con la comunidad de personas que viven y trabajan en el territorio. De hecho, estamos convencidos de que el enfoque directo y eficaz, constructivo e incluso creativo que impone la práctica teatral puede resultar muy estimulante para el aprendizaje de un tema como la historia, que de otro modo corre el riesgo de ser percibido como un conjunto de nociones abstractas colocadas en una línea temporal y, por tanto, se convierte en una cuestión de mero nocionismo. Creemos que así vista, la historia puede volver a la vida y mover pasiones. Lo

que estamos tratando de hacer es formalizar una forma de brindar a los jóvenes la oportunidad de enamorarse de la historia.

## 2. DESCRIPCIÓN GENERAL DEL LABORATORIO

La práctica del laboratorio teatral tiene bastante experiencia en muchos contextos artísticos y educativos.

De hecho, desde los años setenta del siglo pasado, gracias a los importantes experimentos llevados a cabo por numerosos maestros y pedagogos teatrales, (entre los que hay que recordar al menos la figura de Jerzy Grotowski -entre los primeros en utilizar el término “laboratorio “en el campo teatral-), este *modus operandi* se ha convertido en la costumbre con la que los grupos teatrales operan sus investigaciones y sus creaciones pero también la forma en que en general, en las escuelas de actuación, se desarrolla el trabajo pedagógico y el aprendizaje de las técnicas teatrales.

Existe, pues, como decíamos, una forma de proceder bastante consolidada en la estructuración de un laboratorio teatral que tiene en cuenta algunos principios como: la organización del tiempo, las relaciones entre los participantes (ya sean profesores o alumnos) y las acciones implementadas.

La especificidad innovadora que caracteriza a esta obra radica en la elección de operar de esta manera con un fin didáctico específico, poniendo de alguna manera el aparato técnico con el que se opera en el teatro al servicio de ese fin.

Por supuesto, esta concreta finalización supuso la necesidad de revisar algunas de esas prácticas consolidadas para adecuarlas al propósito pretendido que ya no es en sí mismo la adquisición de la técnica teatral sino el trabajo de la historia a *través de* la técnica teatral. Lo que cambia es el punto de vista. En nuestro enfoque, el punto de vista es didáctico, centrado en lo histórico, y no teatrocéntrico. Partimos del supuesto axiomático de que el teatro tiene que ver con las historias y que las historias tienen que ver con la historia.

### 2.1. Articulación del tiempo

En general, por lo tanto, asumiendo la práctica consolidada del laboratorio de teatro “estándar” como término de comparación, se puede considerar que un laboratorio que quiera completar efectivamente las tareas antes mencionadas puede tener una composición de al menos 20 reuniones con un total de 60 horas de trabajo totales (3 horas por reunión).

A esto hay que añadir un módulo adicional y preliminar de otras 10 horas a través del cual se realizará el análisis de las fuentes -orales, bibliográficas, etc.-

adquiridas previamente, que serán la base de todo el trabajo. Por tanto, el total general de horas de trabajo en una situación óptima se eleva a 70.

Por tanto, podríamos dividir aún más la estructura puramente teatral en tres partes de 20 horas cada una. La primera parte de un total de 20 horas estará dedicada al conocimiento entre los participantes, a la creación de un ambiente creativamente fértil impregnado de confianza mutua y libertad expresiva, al conocimiento de los propios límites físicos y expresivos, a la exploración del potencial. del propio cuerpo y psique en relación con los demás participantes.

La segunda parte, también de al menos 20 horas, sumamente importante para lo que concierne a nuestro trabajo, consistirá en cambio en la exploración del tema que será objeto del trabajo final. Aquí se tratará de fundamentar la investigación histórica y sobre todo de transformar esta investigación en algo que tenga validez teatral, asumiendo, según el caso, una metodología entre las que se propondrán más adelante.

Una tercera fase consistirá en cambio en la preparación, en la definición y finalmente en la restitución pública de lo previamente elaborado. Esta es probablemente la parte más tradicional de todo el trabajo pero en nuestro caso se convierte en la forma de llevar a los niños a asimilar el material cultural elaborado en diferentes direcciones, a través del trabajo con ellos mismos y con su propio cuerpo y a través de la investigación de fuentes históricas transformadas en dramaturgia. Delineando el esqueleto del laboratorio de forma extrema, la situación propuesta es la siguiente:

Fase preliminar	10 horas	Análisis de fuente	Trabajo de investigación en grupo
Primera fase	20 horas	Precondición	Teatro / laboratorio dramático
Segunda fase	20 horas	Elaboración	Laboratorio teatral / dramático
Tercera fase	20 horas	Retorno	Preparación Ensayo escénico / show

En realidad, el escaneo puede tener lugar con muchas variables dependiendo de las situaciones contingentes, diversificándose así de la situación descrita anteriormente que resulta ser bastante geométrica. Por ejemplo, en

lugar de dividir el trabajo en 30 reuniones, se puede pensar en realizar una primera y una tercera parte más intensiva, quizás aumentando las horas de la sesión única y por lo tanto disminuyendo el número total de reuniones para las mismas horas de trabajo y en lugar de expandir la parte central. Todo ello se puede definir en función de las circunstancias dadas que pueden ser muchísimas (edad de los participantes, nivel y capacidad de atención, situaciones organizativas, etc...).

## **2.2. Número de participantes**

El taller de teatro no es un entorno de aprendizaje tradicional. No te sientas y no escuchas conferencias. Todo se hace en incesante movimiento, de forma activa y con una intensa participación física ante todo.

Este en particular es un laboratorio cuyas actividades oscilan entre la lectura, la escritura y la acción. Por tanto, para que el trabajo sea fructífero, es necesario cuidar el entorno con especial atención.

Entre las variables más significativas en este sentido se encuentra la vinculada al número de participantes.

Eso sí, nos limitaremos a dar algunas indicaciones ya que también en este caso mucho será debido a las circunstancias impuestas, sin embargo podemos decir que para que el trabajo funcione muy bien, el número mínimo de participantes puede ser de diez personas mientras el número máximo es de unas quince personas.

Quince, en nuestra opinión, es el número óptimo. Un número que representa un justo equilibrio con el que se puede controlar la inatención (que muchas veces también deriva de las expectativas de turno, por ejemplo en la lectura o la escritura), que permite que no surja un cansancio excesivo (frente a ejercicios que, si pocas personas se vuelven más fatigoso), y que permita crear un buen clima de escucha general en el que cada uno de los participantes se sienta seguido y valorado al máximo.

Hasta veinte personas la cosa sigue siendo manejable pero obviamente las criticidades aumentan. Más allá del número veinte realmente no es recomendable ir porque el riesgo de no poder mantener lo suficientemente alto la reactividad de los participantes, así como su implicación a nivel emocional es muy alto.



### **2.3. El espacio de procesamiento**

Se debe hacer una indicación preliminar adicional con respecto al espacio de trabajo. También en este caso la diferencia con una acción educativa realizada de forma tradicional es bastante evidente.

El consejo en este caso es buscar un espacio lo más desestructurado posible, lleno de posibilidades pero no organizado a priori. Lo ideal sería tener un espacio vacío disponible. Sin muebles salvo unas encimeras muy neutras y puramente funcionales. Y luego objetos sin conexión inicial entre ellos (sillas, pequeñas estructuras practicables, láminas, cuerdas, pero también instrumentos musicales de percusión elementales como pandeteras). ¿Por qué esta indicación? La razón es que el espacio no es indiferente. Hay espacios fuertemente connotados (pensemos por ejemplo en un aula escolar o en un gimnasio) en los que todo es portador de significado y está ahí para dirigir la atención y la acción de las personas que se encuentran en ellos en una dirección específica.

Un aula de formación o escolar dirige toda la atención del participante hacia una perspectiva central, centrando la atención en el origen de la fuente de conocimiento (el profesor o formador). Un gimnasio, por citar un espacio que parecería más neutral en apariencia, trae consigo significados y orientaciones a través de su equipamiento gimnástico. En resumen, el problema de un espacio muy distintivo radica en el hecho de que el operador se ve obligado a trabajar en él a favor o en contra (a menudo en contra). Un espacio neutral en el que los objetos no tienen una correlación inicial es, en cambio, un lugar que se estructura gradualmente a través de la organización creativa del trabajo que tiene lugar en él.

### **2.4 En cuanto al espacio escénico**

La última indicación que creemos que podemos dar y que también es una sugerencia metodológica, se refiere al espacio a elegir para la representación escénica de la obra realizada.

El final de cada obra se produce en el escenario. Este es el momento por el que hemos trabajado durante mucho tiempo, un momento importante ya que sella todas las largas horas de esfuerzo de elaboración que se han invertido en el laboratorio.

Desde el punto de vista pedagógico, este momento también es fundamental para fijar definitivamente el trabajo realizado. Hasta que no subimos al es-

cenario, todo sigue siendo susceptible de modificación y cambio. Sólo con la puesta en escena del círculo se cierra y lo hecho se fija de forma definitiva. Solo aquellos con experiencia en teatro saben cuál es la fuerza de este momento en el proceso de aprendizaje.

Tal fuerza que lo que uno hace queda grabado, marcado para siempre en el interior de la persona. Después de todo, la palabra “enseñar” significa literalmente “imprimir señales”. Con el ensayo escénico, lo que se impresiona sufre un proceso de fijación capaz de hacer que las cosas aprendidas no se rasquen con el tiempo.

El espacio generalmente asignado a la realización escénica es el del teatro. Un espacio polivalente diseñado técnicamente para facilitar la recepción de los espectáculos que solo necesita ajustarse adecuadamente según el tipo de puesta en escena a realizar.

En este caso particular, sin embargo, la elección de espacios poco convencionales podría ser una forma de marcar una diferencia más y señalar la particular consistencia del trabajo realizado. En realidad, la actividad teatral no siempre ha tenido lugar en el propio teatro.

De hecho, en la historia y la contemporaneidad se dan eventos teatrales realizados en ferias, en cementerios, en plazas en los lugares que son espacios de encuentro de una comunidad.

O incluso en edificios que nacen con una función diferente (por ejemplo, fábricas o lugares de culto). En nuestro caso particular, al tratarse de una representación teatral que deriva de la elaboración de una investigación histórica que se realiza en el propio territorio, puede ser posible tener físicamente el lugar donde se ambienta el hecho histórico.

En este caso, si las condiciones lo permiten, lo óptimo sería hacer el espectáculo justo en ese lugar. O se puede recurrir a un espacio físico que con sus características recuerde por analogía los lugares reales donde ocurrió un hecho histórico.

Nuestra sugerencia es pensar en la medida de lo posible, por lo tanto, el escenario de la restitución pública directamente en un espacio físico diferente al teatral pero que recuerda por analogía o es en realidad el lugar donde ocurrieron los hechos contados.

Esta elección en cuanto a la ubicación de la puesta en escena también nos permite buscar una forma particular de conexión entre la historia, los entornos y la comunidad viva y operativa en el territorio.

Un ejemplo esclarecedor en este sentido se puede encontrar en el espectáculo: “Vajont” del actor italiano Marco Paolini, cuyo debut tuvo lugar en un espacio abierto creado justo al lado de la presa de Vajont, en los Dolomitas de

Belluno. En ese significativo lugar, el actor dio vida a la historia de la terrible tragedia que ocurrió en esos lugares contándola a esa comunidad allí reunida y con el escenario natural de la gigantesca represa que se cierne detrás de él.

Ninguna escenografía reconstruida en un espacio teatral podría haber expresado jamás con tanta intensidad las sensaciones contrastantes que evoca ese lugar simbólico ni la sensación de opresión que despierta este gigantesco objeto colocado frente a la pequeñez del ser humano y su destino.

### 3. ESCANEAO DE ACTIVIDADES

El taller de teatro es un conjunto de acciones sistematizadas en las que los ejercicios son la práctica predominante.

La elección de los ejercicios a realizar la hace el operador (docente, educador, profesional, etc.) que dirige el laboratorio y ante todo exige el conocimiento de cada uno de ellos y luego una idea de gestión que resultará en un programa con el que dibujar cada sesión de trabajo.

Nuestra elección al proponer la secuencia de ejercicios para la ejecución del programa de “narración de cuentos” fue proporcionar al director un catálogo lo más razonado posible y lo suficientemente extenso de ejercicios para usarlos según sea necesario.

Algunos ejercicios tienen el mismo propósito pero pueden ser elegidos de forma modular por el director de acuerdo con las necesidades operativas identificadas por él.

Si, por ejemplo, el operador se da cuenta de que el grupo necesita un mayor nivel de concentración, puede elegir, entre los ejercicios de calentamiento, el que esté más orientado en esa dirección. Sin embargo, la próxima vez, si se da cuenta de que el grupo necesita más energía, puede elegir un ejercicio diferente que le proporcione lo que considere necesario.

Será el operador quien busque una concatenación lógica entre los ejercicios en las diferentes fases del camino para llevarlo al resultado final. Por nuestra parte, en el último párrafo intentaremos describir un laboratorio “típico” para que el operador pueda tener un ejemplo práctico.

#### 3.1. Esquema general de la ejecución de las lecciones

Como se mencionó anteriormente, el laboratorio de teatro tiene una práctica escénica consolidada. Esto, por supuesto, no quiere decir que sea imposible buscar otros caminos que se desvíen de lo ya vivido - al contrario - sólo significa que si un acto de investigación es posible se puede realizar pero partiendo de lo que se ha vivido. ahora consolidado, quizás negándolo, pero ciertamente sin ignorarlo.

El laboratorio teatral sitúa al hombre en su totalidad en el centro de la acción y la formación, lejos de ser un acto mecánico y muscular, es una formación del actor como persona y se desarrolla a través de un proceso creativo que involucra al ser humano de manera integral. Una vez hecha esta premisa,

los ejercicios que se describirán más adelante se incluirán en un esquema general que, como cuestión de práctica, deberá repetirse en cada reunión / lección. El esquema es el siguiente:

Escaneo	Contenido	Motivación
Bienvenida	Relajación, encuentro y saludo	Rito inicial que le permite prepararse para lo que sucederá en el laboratorio
Lección del día	Presentación teórica o práctica del temático	Corpus de trabajo de la obra en la que actúa creativo
Cierre	Pequeña representación para resumir el tema tratado el	Rito final con verbalización de la experiencia y conciencia

Cada reunión / lección debe seguir este sencillo procedimiento. Naturalmente, cada bloque puede llenarse con los ejercicios que se describirán más adelante según las necesidades que el educador identificará como necesidades del grupo.

### 3.2. Fase preliminar

En la fase preliminar del laboratorio, el grupo decide conjuntamente, bajo la supervisión y orientación del operador, el tema que será la base del trabajo de investigación histórica y posteriormente de todo el laboratorio.

En esta fase, por tanto, está el análisis de las fuentes - selección del material textual o iconográfico. Sobre todo, estará la elaboración de los mapas conceptuales que serán referencia constante para todo el desarrollo posterior de la obra.

### 3.3. Precondición

La sección que llamamos “precondición” contiene la parte del camino más vinculada a los elementos técnicos del teatro.

La condición previa para realizar un viaje teatral coherente es que los parti-

cipantes descubran su potencial expresivo y aprendan los fundamentos técnicos que les ayudarán a perfeccionar sus habilidades en el escenario.

En este apartado y apartados en los siguientes se enumerarán una serie de ejercicios que el operador optará por aplicar cada cierto tiempo según las necesidades que percibirá como indispensables en ese preciso momento.

Durante la fase de ejecución, obviamente, también habrá momentos dedicados al desarrollo dramático, pero en este primer período estos momentos serán secundarios a la adquisición de la técnica teatral pura. Los ejercicios aquí enumerados se describirán de forma muy precisa en las fichas didácticas.

### **3.4. Elaboración**

Esta sección concentra quizás el corpus más importante del laboratorio de Hi-Storytelling. Los ejercicios teatrales se centran en el desarrollo de la dramaturgia según los roles asignados o por asignar y en la instalación de los elementos escénicos fundamentales.

El laboratorio es práctico y aprovecha lo aprendido en la fase anterior más destinado a los fundamentos técnicos para desarrollar el producto y dar forma a lo que será el futuro espectáculo.

### **3.5. Restitución**

Este es el tramo final del taller destinado a llegar al acto escénico devolviendo al público lo elaborado durante la obra.



## **4. EL LABORATORIO Y SUS FASES – EJERCICIOS.**

En esta sección describiremos las fases del laboratorio Hi-Story Telling. Los ejercicios relacionados con las fases individuales, recogidos por tipología, están contenidos en tarjetas que deben ser seleccionadas adecuadamente por los educadores en función de lo que identificarán como la necesidad del grupo o necesidades relacionadas con la actividad realizada en ese momento del laboratorio.

Serán elegidos adecuadamente en el esquema general de trabajo por el operador. Hi-Storytelling es un camino de escritura teatral pero también de formación en el teatro y por ello las fases y ejercicios configuran un camino teatral completo que marca el énfasis en el acto creativo de la realización y representación de un texto.

El operario podrá utilizar los ejercicios propuestos si tiene en mente enfrentarse al laboratorio dando mayor peso al aspecto literario, por tanto de la escritura textual o al aspecto corporal que procede de la improvisación temática a la condensación en papel del texto.

### **4.1. Fase de bienvenida.**

Esta es una fase que siempre debe estar presente en todo momento del laboratorio.

Los ejercicios propuestos son, de hecho, necesarios para preparar al estudiante para aprender. La fase de recepción consiste en una serie de ejercicios de relajación física y concentración psíquica basados principalmente en la respiración.

En esta fase, además de la relajación corporal, también es recomendable proceder a un calentamiento vocal y trabajar la armonía del grupo. Ambas actividades son preparatorias para el éxito de las fases posteriores.

En la primera parte del taller Hi Storytelling, la fase de recepción se puede ampliar más a nivel temporal.

En los momentos siguientes, siempre presente, se puede redimensionar a voluntad, siguiendo las intuiciones del operador, para dar más espacio a los ejercicios creativos y a las fases más constructivas del laboratorio.



## Respiración

<i>Palabras clave</i>	Fase de bienvenida.
<i>Propósito</i>	Relajar el cuerpo y preparar el estado psicofísico de la persona participante para aprender.
<i>Materiales</i>	Una esterilla de yoga para cada participante (en caso de que la superficie no sea cálida).
<i>Descripción</i>	De pie, colocados en forma de círculo. Las personas participantes cierran los ojos y respiran lentamente. La persona que conduce el ejercicio los guía hablando muy lentamente y centrando la atención en el diafragma. Durante el ejercicio la respiración debe ser lenta y profunda, los ojos cerrados ayudan a enfocarse solo en la respiración. Puedes usar música ambiental o realizar el ejercicio en completo silencio
<i>Duración</i>	5 minutos

## Respiración 2

<i>Palabras clave</i>	Fase de bienvenida.
<i>Propósito</i>	Relajar el cuerpo y preparar el estado psicofísico de la persona participante para aprender – sentir el diafragma y su acción apropiadamente.
<i>Materiales</i>	Una esterilla de yoga para cada participante (en caso de que la superficie no sea cálida)
<i>Descripción</i>	De pie, colocados en círculo. Los participantes están con los ojos cerrados y respiran lentamente. El conductor los guía hablando muy lentamente y centrando la atención en el diafragma. Se realiza una inhalación profunda seguida de una parada del diafragma que descansa en la parte inferior. Estás en apnea por unos momentos y luego relajas el diafragma de repente, de repente eliminando todo el aire. La secuencia se repite varias veces.
<i>Duración</i>	5 minutos

## Respiración 3

<i>Palabras clave</i>	Fase de bienvenida.
<i>Propósito</i>	Relajar el cuerpo y preparar el estado psicofísico de la persona participante para aprender: sentir el diafragma y su acción adecuadamente, controlar la dinámica del diafragma.
<i>Materiales</i>	Una esterilla de yoga para cada participante (en caso de que la superficie no sea cálida).
<i>Descripción</i>	De pie, colocados en círculo. Los participantes están con los ojos

	cerrados y respiran lentamente. El conductor los guía hablando muy lentamente y centrando la atención en el diafragma. Se realiza una inhalación profunda seguida de una parada del diafragma que descansa en la parte inferior. Estás por unos momentos en apnea y luego relajas el diafragma pero a diferencia del ejercicio anterior relajándote lentamente para producir una respiración larga y constante que debe ser audible. La secuencia se repite varias veces.
<i>Duración</i>	5 minutos

### Respiración/Fonación

<i>Palabras clave</i>	Fase de bienvenida.
<i>Propósito</i>	Escuchar correctamente el diafragma y su acción, controlar la dinámica del diafragma, hacer sonidos.
<i>Materiales</i>	Una esterilla de yoga para cada participante (en caso de que la superficie no sea cálida)
<i>Descripción</i>	De pie, colocados en círculo. Las personas participantes están con los ojos cerrados y respiran lentamente. Se realiza una inhalación profunda seguida de una parada del diafragma que descansa en la parte inferior. Utilizan la misma dinámica que el ejercicio anterior (relajación lenta y fuga de aire controlada) la vocal “a” se vocaliza. Durante esta vocalización se debe prestar atención al correcto posicionamiento del paladar que debe ser alto para producir un sonido amplificado sin forzar la garganta, La secuencia se repite varias veces.
<i>Duración</i>	5 minutos

### Respiración/Fonación 2

<i>Palabras clave</i>	Fase de bienvenida.
<i>Propósito</i>	Escuchar correctamente el diafragma y su acción, controlar la dinámica del diafragma, hacer sonidos.
<i>Materiales</i>	Una esterilla de yoga para cada participante (en caso de que la superficie no sea cálida).
<i>Descripción</i>	De pie, colocados en círculo. Las personas participantes están con los ojos cerrados y respiran lentamente. Se realiza una inhalación profunda seguida de una parada del diafragma que descansa en la parte inferior. Utilizan la misma dinámica que el ejercicio anterior (relajación lenta y fuga de aire controlada) las vocales “a”, “e”, “i”, “o”, “u” se vocalizan en secuencia. Durante esta vocalización se debe prestar atención al correcto posicionamiento del paladar que debe ser alto para producir un sonido amplificado sin forzar la gar-

	ganta, La secuencia se repite varias veces.
<i>Duración</i>	5 minutos

### Relajación

<i>Palabras clave</i>	Fase de bienvenida.
<i>Propósito</i>	Relajar el cuerpo y preparar el estado psicofísico del participante para aprender
<i>Materiales</i>	Una esterilla de yoga para cada participante (en caso de que la superficie no sea cálida).
<i>Descripción</i>	Las personas participantes se tumban en el suelo boca arriba, con los brazos a lo largo del cuerpo, ocupando el espacio operativo de forma homogénea. El conductor guía la relajación hablando muy lentamente y enfocando la atención y las percepciones de los participantes primero en los pies y su pesadez y adhesión al suelo, luego en las piernas, la pelvis, el tronco y los brazos, hasta las manos, luego en la cabeza. Durante el ejercicio, la respiración debe ser lenta y profunda, con los ojos cerrados. Se puede usar música ambiental o realizar el ejercicio en completo silencio.
<i>Duración</i>	Desde un mínimo de 5 hasta un máximo de 10 minutos.

### Relajación en los pies

<i>Palabras clave</i>	Fase de bienvenida.
<i>Propósito</i>	Relajar el cuerpo y preparar el estado psicofísico del participante para aprender.
<i>Descripción</i>	Las personas participantes están de pie en un círculo. Las piernas están ligeramente separadas y los pies paralelos. Los ojos están cerrados. Los brazos se relajaron a lo largo del cuerpo. El conductor guía la relajación hablando muy lentamente y enfocando la atención y las percepciones de los participantes primero en los hombros y brazos, luego invitando a los participantes a hacer pequeñas oscilaciones con el cuerpo hacia adelante y hacia atrás y hacia la derecha y la izquierda. Durante el ejercicio, la respiración debe ser lenta y profunda, con los ojos cerrados. Se puede usar música ambiental o realizar el ejercicio en completo silencio invitando a los participantes a centrarse en los sonidos audibles que provienen de la habitación y el espacio exterior circundante.
<i>Duración</i>	De 5 a 7 minutos.

## Mano de aplausos

<i>Palabras clave</i>	Fase de bienvenida.
<i>Propósito</i>	Aumentar la energía y la cohesión del grupo.
<i>Descripción</i>	Las personas participantes están dispuestas en círculo. El conductor comienza el juego enviando una señal consistente en un aplauso con las manos (golpeando con la mano derecha a la izquierda) a otro participante. La señal es repetida por el participante en la dirección del conductor e inmediatamente después enviada a otro participante, quien la repite y luego la envía de vuelta a otro y así sucesivamente.
<i>Duración</i>	De un mínimo de 5 a un máximo de 10 minutos.
<i>Variantes</i>	El ejercicio se puede variar añadiendo al envío del aplauso con la mano el envío simultáneo de un sonido vocal (sin ruidos como chasquido de lengua, silbidos etc.), la dinámica en general no cambia...

## Nombres

<i>Palabras clave</i>	Fase de bienvenida.
<i>Propósito</i>	Conozca a los miembros del grupo y familiarizarse con los nombres.
<i>Descripción</i>	Las personas participantes están dispuestas en círculo. El operador comienza lanzando una pelota (u otra lanzable) a una participante. Ella, al recibir la pelota pronuncia su nombre en voz alta, una vez hecho lanza la pelota a otro participante que repite lo mismo. Así sucesivamente hasta que todas las personas participen.
<i>Duración</i>	De un mínimo de 5 a un máximo de 10 minutos.
<i>Variante</i>	Se describirá una variante importante en la ficha siguiente.

## Nombres y cualidades (variante de: "Nombres")

<i>Palabras clave</i>	Fase de bienvenida.
<i>Propósito</i>	Familiarizarse con los miembros del grupo y con los nombres.
<i>Descripción</i>	Las personas participantes están dispuestas en círculo. El operador comienza lanzando una pelota (u otra lanzable) a un participante. Esta vez, el que lanza la pelota dice el nombre del destinatario añadiendo una cualidad positiva que le inspira. La persona que recibe, una vez recibida la pelota hace lo mismo con otro participante y así sucesivamente hasta la participación de todas las personas.
<i>Duración</i>	de 5 a máximo 10 minutos.

## Gesto en el centro

<i>Palabras clave</i>	Fase de bienvenida.
<i>Propósito</i>	Acentuar la energía y las habilidades de escucha del grupo.
<i>Descripción</i>	Las personas participantes están dispuestas en círculo. Todas están en silencio y deben estar lo más concentradas posible. Uno de los participantes, al azar, inhala, luego lanza enérgicamente su mano hacia el centro del círculo, acompañado de una poderosa emisión sonora de aliento, pronunciando un: “¡Ja!”. En ese mismo momento todos los demás deben ser capaces de reproducir ese sonido y ese movimiento al mismo tiempo. Procedemos hasta que todos los participantes hayan intervenido con el gesto y el sonido.
<i>Duración</i>	De un mínimo de 5 a un máximo de 10 minutos.
<i>Observaciones</i>	Se puede comprobar que alguien en el grupo hace específicamente gestos preparatorios “llamando” a su intención de comenzar con el gesto y por lo tanto ayudando al grupo de alguna manera, o, por el contrario, alguien más realiza gestos y voz de manera repentina tratando de atrapar al resto del grupo desprevenido. El operador tendrá que tener cuidado de traer todo de vuelta en un nivel de escucha mutua.

## Juego de conteo

<i>Palabras clave</i>	Fase de bienvenida.
<i>Propósito</i>	Acentuar las habilidades de concentración y escucha del grupo. El ejercicio también puede ser útil para conocer la numeración en el idioma anfitrión.
<i>Descripción</i>	Las personas participantes están dispuestas en círculo. Todas están en silencio y deben estar lo más concentradas posible. Uno de los participantes, al azar, inicia el juego pronunciando el número uno, posteriormente, siempre al azar, otro participante pronunciará el número dos, luego otro el tres y así sucesivamente hasta llegar al número treinta. Sin embargo, si dos participantes pronuncian un número al mismo tiempo, el juego se detiene y comienza de nuevo desde el número uno.
<i>Duración</i>	5 a 10 minutos.
<i>Variante 1</i>	Primera variante (para grupos muy grandes): Comienza pero, en lugar de llegar al número 30, cada participante, una vez dicho el número se sienta hasta agotarse los participantes. Si dos se van juntos, todos se levantan y comienzan de nuevo desde uno.
<i>Variante 2</i>	(Cuando el grupo ha alcanzado una condición de alta concentración). Misma situación que la primera variante pero en lugar del

	número dices tu nombre.
<i>Observaciones</i>	Normalmente vemos la búsqueda por parte de los miembros del grupo de estrategias para intentar facilitar el juego, por ejemplo, contando muy rápidamente o “llamando” a la intención de decir el número y así sucesivamente. El director tendrá que tener cuidado de traer todo de vuelta en un nivel de escucha mutua.

## 4.2 Fase “Lección”, sección Precondición - Conciencia del cuerpo y la voz.

Esta etapa de trabajo sirve para formar adecuadamente al alumno en el trabajo teatral. La condición previa, de hecho, para un buen trabajo en el escenario es la conciencia por parte del actor o la actriz de su propio potencial y sus propios límites físicos y vocales.

Los ejercicios propuestos en esta fase servirán, por tanto, para explorar, conocer y controlar el cuerpo en escena. Por lo tanto, se centrarán tanto en la exploración de la voz y la fonación como en el control del cuerpo, en la relación del cuerpo con el espacio y en el uso de la imaginación.

### Los resonadores de la voz

<i>Palabras clave</i>	Ejercicio de precondición – conciencia del cuerpo y la voz.
<i>Propósito</i>	Descubrimiento de las cavidades de resonancia de voz.
<i>Descripción</i>	En posición vertical, comienza una lenta oscilación del cuerpo, imaginando una cuerda que atraviesa el cuerpo y que parte del techo. Comienza a vocalizar con la vocal “o”, primero buscando el resonador central (en máscara) y luego moviendo gradualmente el sonido en el resonador de la nariz y luego en el del pecho (siempre pasando por el resonador central). Corre lentamente y a volumen medio.
<i>Duración</i>	De un mínimo de 5 a un máximo de 10 minutos.

### Frases secretas

<i>Palabras clave</i>	Ejercicio de precondición – conciencia del cuerpo y la voz.
<i>Propósito</i>	Explora las partes de la cara involucradas en la fonación.
<i>Descripción</i>	La persona que guía confía a cada uno una breve frase secreta. Algunos miembros del grupo habrán confiado las mismas frases secretas (por ejemplo, la frase “A” se asignará a dos componentes aleatorios, la frase “B” a otros dos componentes, la frase “C” a

	otros dos componentes, etc...). Al principio, cada uno comienza a susurrar sus propias frases caminando en el espacio. Las frases secretas deben decirse de una manera lo suficientemente íntima como para que uno tenga dificultades para entenderlas. La tarea de las personas participantes es identificar al compañero con la misma frase secreta. Una vez identificado, se organizan por parejas. Uno de los dos compañeros pronuncia la frase moviendo solo los labios y el otro la susurra siguiendo los movimientos labiales del compañero. Luego se intercambian.
<i>Duración</i>	De un mínimo de 5 a un máximo de 10 minutos.

### Mirar

<i>Palabras clave</i>	Ejercicio de precondición – conciencia del cuerpo y la voz.
<i>Propósito</i>	Descubrimiento del cuerpo, el espacio y lo otro.
<i>Descripción</i>	Te sientas libremente en el espacio (la conducción es externa y verbal). El ejercicio comienza con la observación cuidadosa y silenciosa del propio cuerpo. Como si fuera la primera vez que lo ves. Se mira a todas partes moviéndose para que pueda llegar lo más atrás posible de su espalda. Lentamente (a la orden del guía) se gana la posición erguida. Uno comienza a comprender el espacio circundante en la mirada. Uno puede comenzar a moverse lentamente en este espacio explorándolo cuidadosamente. Uno nota la presencia de los demás. El encuentro con los otros se produce a través de la mirada. Eliges con la mirada y exploras el cuerpo del otro desde lejos y con mucha atención. Como si lo estuvieras acariciando con los ojos. Nos dejamos acariciar por la mirada del otro. Nos acercamos lentamente y comenzamos un movimiento que se vuelve cada vez más sincrónico. El movimiento se convierte en una especie de danza para dos. El espacio está lleno de parejas de baile.
<i>Duración</i>	Unos 20 minutos.
<i>Observaciones</i>	Explique que ver no es mirar.
<i>Requisitos previos</i>	Música relajante.

### La copia de la estatua

<i>Palabras clave</i>	Ejercicio de precondición – conciencia del cuerpo y la voz
<i>Propósito</i>	Observación y control del cuerpo
<i>Descripción</i>	El grupo de trabajo está sentado. La obra comienza con un único participante que, llegando al centro de la sala, asumirá cualquier posición como si de una estatua se tratara. Después un compañero se

	acercará y tomará la misma posición que él mientras que el primero volverá a sentarse. Uno a uno todos copiarán la estatua. Al final, la posición inicial se comparará con la del último participante para resaltar las diferencias. El ejercicio se puede repetir varias veces.
<i>Duración</i>	Al menos 25 min.

### Imaginación sensible

<i>Palabras clave</i>	Ejercicio de precondición – conciencia del cuerpo y la voz.
<i>Propósito</i>	Uso de la creatividad, exploración.
<i>Descripción</i>	En un círculo, posible música de fondo, el director primero va al centro y finge tener una pelota en la mano. Juega con la pelota que se transforma gradualmente, se convierte en material sin forma y luego se pasa a otro miembro del grupo. En manos de los diversos componentes, la bola se transforma y adquiere diferentes consistencias, sólida, líquida, gaseosa, fría, caliente, etc. Todos pueden imaginar una forma diferente y modificarla durante el ejercicio y luego pasarla a la pareja.
<i>Duración</i>	De un mínimo de 5 a un máximo de 10 minutos.
<i>Observaciones</i>	El ejercicio no debe ser explicado sino sólo actuado y procederá por intuición y mimesis.

### Sentir la burbuja física

<i>Palabras clave</i>	Ejercicio de precondición – conciencia del cuerpo y la voz.
<i>Propósito</i>	Explorar la relación con el otro, la conciencia del propio espacio y el de los demás.
<i>Descripción</i>	En parejas. Cada par se coloca a unos diez pasos el uno del otro. A la señal del conductor, el par comienza a acercarse lentamente entre sí. Tendrás que parar cuando tengas la sensación de invadir la “burbuja” del compañero. El espacio vivo e íntimo que nos rodea.
<i>Duración</i>	A discreción del guía.
<i>Variante 1</i>	Al igual que el ejercicio básico, pero para moverse es solo uno de los dos compañeros que se dirige hacia el otro que permanece todavía mirándolo a los ojos. Nos detenemos en percibir la incomodidad del compañero.
<i>Variante 2</i>	Durante el libre movimiento en el espacio, se tiene cuidado de no invadir el espacio personal de los demás mientras se escucha el propio espacio.
<i>Variante 3</i>	En dos primeras filas. Al principio, una fila comienza a correr hacia la otra que está estacionaria. Te quedas atascado solo para que no “revente” la burbuja de tu pareja.



## La balsa

<i>Palabras clave</i>	Ejercicio de precondición – conciencia del cuerpo y la voz.
<i>Propósito</i>	Conciencia del espacio y acción a través de otra persona.
<i>Descripción</i>	El ejercicio debe realizarse en silencio y con un buen grado de concentración. Consiste en caminar en el espacio ocupándolo uniformemente sin chocar con los demás. Mientras camina, sus manos y brazos se estiran a lo largo de sus caderas relajadas. Los ojos miran al frente y no al suelo. El ejercicio se conoce comúnmente como una “balsa” para dejar en claro con una imagen clara que las personas deben ocupar el espacio en su totalidad. De hecho, si en una balsa todos están reunidos en una esquina se vuelca. Hay muchas variaciones de este importante ejercicio, algunas se describirán en las siguientes hojas.
<i>Duración</i>	De un mínimo de 5 a un máximo de 10 minutos.
<i>Observaciones</i>	Por lo general, especialmente en las primeras sesiones de trabajo, somos testigos del hecho de que los participantes comienzan a caminar en círculo siguiéndose unos a otros. El operador tendrá que romper esta costumbre y obligar a los participantes a una mayor autonomía y conciencia del espacio.

## La balsa de repente

<i>Palabras clave</i>	Ejercicio de precondición – conciencia del cuerpo y la voz.
<i>Propósito</i>	Conciencia del espacio y acción a través de otra persona.
<i>Descripción</i>	El ejercicio es una variante de la balsa tradicional. debe llevarse a cabo en silencio y con un buen grado de concentración. Todo el grupo de participantes se concentra en un lado de la sala. A una señal del conductor todos tendrán que, en un máximo de diez segundos, distribuir homogéneamente en la sala deteniéndose en un punto. Posteriormente, a una nueva señal del conductor, el grupo comenzará a caminar con los modos de balsa.
<i>Duración</i>	Entre 5 y 7 minutos.
<i>Variante</i>	

### **4.3. Fase “Lección”, sección Precondición - Movimiento del cuerpo en el escenario.**

En esta fase del trabajo la atención está predispuesta hacia la preparación del cuerpo en escena. Esta es una fase importante porque comienzas a trabajar configurando el cuerpo y la voz de la manera más efectiva para una actuación

óptima en el escenario.

Lo que se explora en esta fase es la calidad del movimiento, las diferentes formas en que esto puede llevar a expresarse en el escenario.

### Cables invisibles

<i>Palabras clave</i>	Ejercicio de precondición – movimiento del cuerpo en el escenario.
<i>Propósito</i>	Conciencia del espacio y acción a través de otra persona, contacto visual.
<i>Descripción</i>	El ejercicio es una variante de la balsa. Debe hacerse en silencio y con un buen grado de concentración. Comienza como la balsa tradicional pero con la condición de que la primera persona que se enmarca por la mirada ya no tendrá que perderse de vista. La mirada siempre debe estar en ella mientras camina. El espacio se llena así de hilos invisibles que conectan a todo el grupo de participantes.
<i>Duración</i>	Unos 5 a 7 minutos.

### Caminar “como si”

<i>Palabras clave</i>	Ejercicio de precondición – movimiento del cuerpo en el escenario.
<i>Propósito</i>	Conciencia del espacio y acción a través de otra persona.
<i>Descripción</i>	El ejercicio es una variante de la balsa. Debe hacerse en silencio y con un buen grado de concentración. Comienza como la balsa tradicional, pero durante la caminata el conductor estimulará la imaginación de las personas participantes y sus respuestas físicas modificando las características físicas del espacio y haciéndoles caminar, por ejemplo, como si estuvieran en el agua, en la luna, en una superficie brillante, cuesta arriba o cuesta abajo, y así sucesivamente.
<i>Duración</i>	Unos 7 a 10 minutos.

### Saludos

<i>Palabras clave</i>	Ejercicio de precondición – movimiento del cuerpo en el escenario.
<i>Propósito</i>	Conciencia del espacio y acción a través de otra persona.
<i>Descripción</i>	El ejercicio es una variante de la balsa. Comienza como la balsa tradicional, pero durante la caminata las personas participantes que se acercan se detienen por un momento y se despiden.
<i>Duración</i>	Unos 10 a 15 minutos.
<i>Variante</i>	En lugar de la fórmula de saludo, en un momento posterior las personas participantes pueden hacer solicitudes a voluntad, por ejemplo, dónde se encuentra la calle de la estación de tren, o si hace ca-

lor o frío, o cuánto cuesta algo.
-----------------------------------

#### 4.4. Fase “Lección”, sección Precondición – Expresar emociones.

Después de establecer el cuerpo, el laboratorio cambia su atención al mundo emocional. En realidad, los ejercicios de las fases anteriores no estaban del todo exentos del impacto en la emoción, pero en esta fase los ejercicios están diseñados específicamente para acercarse al mundo emocional. También en este caso la consigna para el actor y la actriz es control.

##### El espejo

<i>Palabras clave</i>	Ejercicio de precondición – expresar emociones.
<i>Propósito</i>	Empatía y relación profunda con el otro.
<i>Descripción</i>	El ejercicio debe realizarse en parejas. Las personas participantes se colocan una frente a la otra. La mirada a los ojos de la otra. En esta posición, en silencio, una de los dos, al azar, comienza a hacer pequeños movimientos con los brazos primero y luego con el resto del cuerpo. El compañero lo sigue copiando los movimientos como si fuera un espejo. A medida que el ejercicio continúa, los movimientos pueden volverse más complicados.
<i>Duración</i>	Unos 10 a 15 minutos.
<i>Observaciones</i>	El ejercicio debe abordarse lentamente. Se observa que algunas parejas tienden a realizarlo de inmediato con gran velocidad como para demostrar que son capaces de hacerlo. El director debe estar atento y aclarar que no se trata de una carrera sino de ser lo más fiel posible y participe del movimiento del otro.

##### La imagen mental.

<i>Palabras clave</i>	Ejercicio de precondición – expresar emociones.
<i>Propósito</i>	Desarrollar la capacidad de mentalizar. Acostúmbrese a describir en detalle.
<i>Descripción</i>	El anfitrión invita a las personas participantes a pensar en un lugar familiar (no importa si está abierto o cerrado, podría ser, por ejemplo, su propia casa o la casa de sus padres o un parque o un lugar donde haya estado). La tarea es tomar una fotografía mental de este lugar. El director invita a las personas participantes a imaginar entrar en este lugar y realizar una serie limitada de acciones.

	El inicio del ejercicio es exclusivamente mental, luego el director invitará a las personas participantes a moverse reproduciendo las acciones mentales realizadas en el lugar.
<i>Duración</i>	Unos 20 a 25 minutos.

#### 4.5. Fase “Lección”, sección Elaboración - Ejercicios en el camino que va de la pluma al cuerpo.

Entramos en esta fase en la sección más específica del laboratorio Hi Storytelling. Es decir, en la parte donde la escritura y el cuerpo se encuentran. Estamos en la etapa en la que hay que crear dramaturgia.

Las formas en que una dramaturgia puede surgir de investigaciones históricas anteriores son al menos dos. Hemos identificado esta primera vía como “el camino que va de la pluma al cuerpo”.

Es decir, en este caso primero estará la escritura y luego el acercamiento del cuerpo a la página escrita. Es la forma más tradicional y la que se percibe como la más “natural”. Los ejercicios que proponemos permitirán desarrollar un texto escrito a partir de las bases preexistentes (documentos, fuentes, mapas conceptuales, etc...)

##### Argumentos superpuestos

<i>Palabras clave</i>	Procesamiento: de la pluma al cuerpo.
<i>Propósito</i>	Acostumbrar la mente al flujo del pensamiento.
<i>Descripción</i>	El ejercicio se realiza en parejas. Uno frente al otro. Cada participante piensa en un argumento simple y trivial. Su tarea será, a instancias del director, apoyar su argumento contra el otro que, sin embargo, hará simultáneamente lo mismo. El ejercicio es difícil porque se trata de enfocar cuidadosamente el pensamiento, no dejarse distraer o condicionar por el otro. El argumento a presentar puede ser muy simple y debe presentarse en voz alta y en la lengua materna. Los pares se pueden cambiar a discreción del conductor. Cada cambio de pareja consistirá en un cambio de argumento por parte de ambos participantes.
<i>Duración</i>	Unos 15 a 20 minutos.

##### Flujo de palabras

<i>Palabras clave</i>	Procesamiento: de la pluma al cuerpo.
<i>Propósito</i>	Acostumbrar la mente al flujo del pensamiento.

<i>Descripción</i>	El ejercicio se realiza a continuación del anterior (argumentos superpuestos). Al final del ejercicio de los argumentos superpuestos, el director invitará a los participantes a organizarse en fila y, uno tras otro, a llegar al centro de la sala exponiendo a todos el argumento utilizado en el ejercicio anterior, solos y sin problemas tratando de que todo dure el mayor tiempo posible. Si tuviera, como consecuencia de repetidos cambios de parejas, más argumentos listos, una vez expuesto el primero la persona participante vuelve a la línea y al final del recorrido comienza de nuevo enunciando al otro y así sucesivamente.
<i>Duración</i>	Unos 15 a 20 minutos depende del número de argumentos preparados.

### Palabras poderosas

<i>Palabras clave</i>	Procesamiento: de la pluma al cuerpo.
<i>Propósito</i>	Construcción dramaturgica elemental.
<i>Materiales</i>	Rotafolio.
<i>Descripción</i>	El ejercicio se puede realizar siguiendo los anteriores (argumentos superpuestos, flujo de pensamiento) o de forma aislada. El anfitrión propone a las personas participantes elegir tres palabras. Si el ejercicio se realiza después de los descritos anteriormente, la elección se hará entre las palabras expresadas en los argumentos, si en cambio se realiza de forma aislada la elección será más aleatoria. En cualquier caso, las palabras deben elegirse entre aquellas que para la persona participante tengan un cierto grado de importancia, o en referencia a un tema que el grupo haya elegido explorar. El director propone construir un relato corto de unas pocas líneas en el que necesariamente deben aparecer las tres palabras.
<i>Duración</i>	Unos 20 a 30 minutos.

### Historia a través de un objeto

<i>Palabras clave</i>	Procesamiento: de la pluma al cuerpo
<i>Propósito</i>	Aprender a construir de manera dramaturgica.
<i>Materiales</i>	Rotafolio, objetos requeridos por el conductor.
<i>Descripción</i>	El director propone a los participantes llevar consigo a clase un objeto de la vida cotidiana que de alguna manera sea significativo. Por lo tanto, el objeto debe elegirse sobre una base afectiva. El ejercicio se desarrolla en tres etapas. En el primer momento el director invita a las personas participantes a explorar el potencial del objeto eligiendo improvisando con él a partir de nuevas funciones que se le pue-

	den asignar. Después de un cierto período, se invita a los participantes a elegir un número limitado de funciones. En este punto hay una segunda fase que consiste en pensar y escribir un cuento donde aparece el objeto con las funciones identificadas previamente. La última fase consiste en un retorno público al grupo que podrá tomar notas y añadir significados a lo que se presenta.
<i>Duración</i>	Unos 30 minutos.

### Cuenta tu historia

<i>Palabras clave</i>	Procesamiento: de la pluma al cuerpo.
<i>Propósito</i>	Aprender a construir de manera dramática.
<i>Materiales</i>	Rotafolio.
<i>Descripción</i>	El anfitrión propone a las personas participantes contar a cada una un episodio de sus vidas. Posiblemente el episodio tendrá que ser divertido, agradable. Alternativamente, también se puede elegir contar una historia tradicional. Mientras la persona participante les dice a los demás que tomen notas. Cuando todos han contado algo, decidimos juntos cuál de estas historias será elegida para ser la base de un trabajo de escritura y llevada al escenario. Una vez realizada la elección, se leen las notas realizadas por los oyentes para una primera interpolación de la historia.
<i>Duración</i>	30 a 40 minutos.

### Lista de situaciones

<i>Palabras clave</i>	Procesamiento: de la pluma al cuerpo.
<i>Propósito</i>	Aprender a construir de manera dramática.
<i>Materiales</i>	Rotafolio.
<i>Descripción</i>	El ejercicio está relacionado con el anterior. Una vez elegida e interpolada la historia con las notas de los oyentes, se procede a aislar las situaciones que son la base de la propia historia. Cada situación se escribirá en el rotafolio y formará la base para escribir una sola escena. En esta etapa es posible traer situaciones particulares de vuelta a una sola situación general o viceversa para dividir una situación general en muchos detalles.
<i>Duración</i>	30 a 40 minutos.

### Lista de personajes

<i>Palabras clave</i>	Procesamiento: de la pluma al cuerpo.
<i>Propósito</i>	Aprender a construir de manera dramática.

<i>Materiales</i>	Rotafolio.
<i>Descripción</i>	El ejercicio está relacionado con los anteriores. Teniendo en cuenta la lista de personajes identificados y su ubicación en la situación descrita, el grupo, coordinado por el conductor, procede a hacerles un interrogatorio de tercer grado, desde los identificados como principales hasta los secundarios. El grupo pide de vez en cuando información sobre el personaje y su historia, sobre posibles relaciones con otros personajes, sobre su forma de pensar y operar. Todas las indicaciones que surgirán serán escritas en el rotafolio y resumidas por el director. Al final del trabajo se obtendrá una caracterización completa y lógica de los personajes que se mueven en escena.
<i>Duración</i>	Unos 40 minutos.

### Escribir escenas individuales

<i>Palabras clave</i>	Procesamiento: de la pluma al cuerpo.
<i>Propósito</i>	Aprender a construir de manera dramática.
<i>Materiales</i>	Rotafolios, cuadernos.
<i>Descripción</i>	El ejercicio está relacionado con los anteriores. Cada escena identificada está apuntada y escrita en forma extendida. El trabajo de escritura es asistido continuamente por el profesor de idiomas que corrige las oraciones individuales mientras introduce las reglas gramaticales necesarias (en caso de realizarse en otro idioma). No se debe pensar en una obra de gran complejidad. Cada escena también puede ser muy simple y esencial. Los detalles y las nuevas interacciones entre los personajes se agregan en esta etapa. La riqueza de formas lingüísticas que se pueden explorar en este punto es decididamente amplia. Los diálogos, si es necesario, se esbozan.
<i>Duración</i>	Unos 40 minutos.

### Escribir diálogos

<i>Palabras clave</i>	Procesamiento: de la pluma al cuerpo.
<i>Propósito</i>	Aprender a construir de manera dramática.
<i>Materiales</i>	Rotafolios, cuadernos.
<i>Descripción</i>	El ejercicio está relacionado con los anteriores. En esta última fase se especifican y escriben los diálogos o partes narrativas en su totalidad. Al igual que en la fase anterior, la intervención del profesor de idiomas junto al director será fundamental. También en este caso no debemos pensar en la realización de textos de particular complejidad. Por el contrario, un lenguaje seco y rápido favorecerá la posibilidad de aprender el idioma de los participantes en el laboratorio.

	Sin embargo, se pueden explorar formas dialógicas útiles que se aprenderán fácilmente. Si el trabajo se lleva a cabo con el tiempo necesario, el aprendizaje del idioma se verá extremadamente favorecido por la situación lúdica y no formal.
<i>Duración</i>	Unos 40 minutos.

#### 4.6. Fase “Lección”. Sección Elaboración - Ejercicios en el camino del cuerpo a la pluma.

Es una forma alternativa de afrontar la fase de construcción dramática del laboratorio Hi Storytelling. La forma que hemos llamado “del cuerpo a la pluma” establece que la escritura en papel de la dramaturgia está precedida por una escritura “física”. Es decir, se vuelca el planteamiento del texto y se prevé una serie de improvisaciones físicas que producen el material del que luego derivar la escritura.

##### Fantástico artículo

<i>Palabras clave</i>	Procesamiento: del cuerpo a la pluma.
<i>Propósito</i>	Estimular la creatividad y desarrollar la capacidad de inventar.
<i>Materiales</i>	Objetos de diversos tipos más bien pequeños y ligeros para ser arrojados.
<i>Descripción</i>	El ejercicio debe realizarse en círculo. El conductor lanza cualquier objeto (por ejemplo, un rollo de cinta adhesiva) a un participante. La persona participante toma el objeto y debe realizar acciones utilizando el objeto de una manera diferente a lo que sería su uso normal y cotidiano, cambiando su propósito, significado y función (por ejemplo, en el caso de la cinta adhesiva puedes usarlo como si fuera una lupa, etc.), una vez completada la acción el objeto es lanzado a otro participante que hará lo mismo y así sucesivamente durante al menos dos vueltas de todo el círculo. Cada objeto, en su nueva función, debe tener un nombre en el idioma invitado.
<i>Duración</i>	Unos 15 minutos.
<i>Observaciones</i>	Nadie puede replicar la función del objeto. Todos deben esforzarse por encontrar una nueva forma de uso y un nuevo significado.

##### Transformaciones

<i>Palabras clave</i>	Procesamiento: del cuerpo a la pluma.
<i>Propósito</i>	Estimular la creatividad y desarrollar la capacidad de inventar.



<i>Materiales</i>	Objetos de varios tipos perdidos en la habitación.
<i>Descripción</i>	Esta es una evolución del ejercicio anterior. En esta versión habrá numerosos objetos esparcidos por la habitación. Cada uno de los participantes en una primera fase practicará para tomar los objetos y cambiar creativamente su función y uso. En una segunda fase, el director pedirá a las personas participantes que elijan un solo objeto entre los muchos disponibles y con los que se han entrenado y utilicen solo ese de al menos tres maneras diferentes. Estos tres usos diferentes tendrán que formar la base de una microhistoria sin palabras. El objeto, en las diversas funciones debe ser nombrado, antes de la ejecución del historial de imitación, en el lenguaje invitado.
<i>Duración</i>	Unos 15 a 20 minutos.
<i>Observaciones</i>	Al igual que en la versión anterior, nadie puede replicar la función del objeto. Todos deben esforzarse por encontrar una nueva forma de uso y un nuevo significado.

### Una palabra un cuerpo

<i>Palabras clave</i>	Procesamiento: del cuerpo a la pluma.
<i>Propósito</i>	Explorar un tema de una manera no verbal.
<i>Descripción</i>	El grupo está de pie en la sala, las personas participantes están dispuestas ocupando el espacio de forma homogénea (como sería después de detener el ejercicio de la balsa). Uno de los participantes dice una palabra. Puede ser un verbo o un sustantivo de una cosa, lo importante es que la palabra se exprese sin demasiadas dudas. Después de 5 segundos de tiempo, el conductor da una señal (por ejemplo, un golpe con las manos) y todos los participantes representan físicamente inmediatamente esa palabra. Con una forma fija pero que contiene dinamismo como sucede en las estatuas.
<i>Duración</i>	Unos 20 a 25 minutos..

### Pinturas vivas

<i>Palabras clave</i>	Procesamiento: del cuerpo a la pluma
<i>Propósito</i>	Explorar un tema de una manera no verbal. Iniciación a la construcción dramaturgica corporal.
<i>Descripción</i>	Es un ejercicio derivado del teatro de imágenes (teatro de los oprimidos). Todas las personas participantes están reunidas en un lado de la sala. Una de ellas, al azar, se separa del grupo y, posicionándose en el centro de la sala, asume una postura física. Compone una figura. Después de un pequeño período de observación las demás comienzan, una tras otra, a sumarse a la figura con nuevas figuras

	que interactúan con la del compañero completándola y generando una imagen viva donde todos agregan una parte de significado al todo.
<i>Duración</i>	Unos 20 a 25 minutos.
<i>Variantes</i>	Si el grupo de participantes es grande es posible dividirlo en dos. Uno de los dos grupos tendrá la tarea de crear el cuadro vivo, el otro lo observará y al final tratará de describir las sensaciones sentidas al mirar la composición y si es posible se derivará una historia de ella.

### Bajorrelieves

<i>Palabras clave</i>	Procesamiento: del cuerpo a la pluma.
<i>Propósito</i>	Explorar un tema de una manera no verbal. Iniciación a la construcción dramática corporal.
<i>Descripción</i>	Es una variante importante del ejercicio anterior (pinturas vivas). Todas las personas participantes están reunidas en un lado de la sala (o divididos en dos grupos si son numerosas). El director, o una de las participantes, dice una palabra. Una persona participante, al azar, se separa del grupo y se posiciona rápidamente en adhesión a la pared opuesta asumiendo una postura física derivada de la palabra que ha escuchado. Expresa, a través de la figura, el significado de la palabra. Después de un pequeño período de observación, las demás comienzan, una tras otra, a sumarse a la figura cruzando rápidamente la habitación y adhiriéndose a la pared y el compañero agregando nuevas figuras que completan el bajorrelieve.
<i>Duración</i>	Unos 20 a 25 minutos.
<i>Observaciones</i>	A diferencia del ejercicio anterior en este hay una mayor necesidad de contacto físico. Este punto puede ser problemático si el trabajo se realiza, como en el caso de algunos grupos de migrantes, con participantes de culturas donde el contacto físico es incómodo. Corresponde al conductor entender si el grupo puede superar este tipo de estancamiento o si el ejercicio debe modificarse limitando la solitud de contacto físico.

### Composiciones temáticas en el espacio

<i>Palabras clave</i>	Procesamiento: del cuerpo a la pluma.
<i>Propósito</i>	Explorar un tema de una manera no verbal. Iniciación a la construcción dramática corporal.
<i>Descripción</i>	Es un ejercicio que representa una combinación de los dos descritos anteriormente (las pinturas vivas y los bajorrelieves). El director,

	o una de las personas participantes, dice una palabra. Un participante, al azar, se separa del grupo y se posiciona rápidamente en el espacio asumiendo una postura física derivada de la palabra que ha escuchado. Expresa, a través de la figura, el significado de la palabra. Después de un pequeño período de observación, las demás comienzan, uno tras otro, a agregarse a la figura que completa la composición. Al igual que en los bajorrelieves, es bueno que las figuras encuentren puntos de contacto físico.
<i>Duración</i>	Unos 20 a 25 minutos.
<i>Observaciones</i>	Al igual que el ejercicio anterior, existe una necesidad de contacto físico en esta área. Este punto puede ser una dificultad si el trabajo se realiza, como en el caso de algunos grupos de migrantes, con participantes de culturas donde el contacto físico es incómodo. Corresponde al conductor entender si el grupo puede superar este tipo de estancamiento o si el ejercicio debe modificarse limitando la solitud de contacto físico.

### Máquinas rítmicas

<i>Palabras clave</i>	Procesamiento: del cuerpo a la pluma.
<i>Propósito</i>	Explorar un tema de una manera no verbal. Iniciación a la construcción dramática corporal.
<i>Descripción</i>	Al igual que los anteriores, es un ejercicio colaborativo. El grupo se divide en subgrupos. Se trabaja con un subgrupo cada vez. El director invita a una de las personas participantes de cada subgrupo individual a posicionarse en el centro de la sala y a hacer un gesto rítmico que debe repetirse incesantemente. El gesto debe estar asociado a un sonido. Tras unos momentos de estudio, uno tras otro, todas las personas participantes que formen parte del subgrupo que en ese momento se encuentre en el trabajo se acercarán y sumarán su gesto y su sonido de forma complementaria al anterior. El resultado será la construcción de algún tipo de maquinaria poco probable. Al final, se le da un nombre a la máquina. Así sucesivamente para todos los subgrupos creados.
<i>Duración</i>	Unos 20 a 25 minutos.
<i>Variantes</i>	La máquina rítmica construida anteriormente puede animarse gradualmente agregando un estado de ánimo particular (por ejemplo, ira o dulzura). El estado de ánimo cambiará la acción de la máquina de una manera bastante impredecible y divertida.

## 4.7. Fase “Cierre”

La fase de cierre es un ritual simple en el que se resumen las conclusiones del trabajo realizado durante la sesión. Se aconseja hacerlo constante en cada sesión. La recepción y el cierre deben ser, aunque proporcionales en el espacio temporal según las necesidades, de las fórmulas constantes que cada participante sabe que va a ocurrir.

### Verbalización

<i>Palabras clave</i>	Cierre.
<i>Propósito</i>	Reelabora en palabras la experiencia vivida durante la lección.
<i>Descripción</i>	Se invita a las personas participantes, una por una, a verbalizar lo que experimentaron durante la lección que acaban de llevar a cabo. La pregunta que debe responderse es: “¿qué te llevas a casa hoy?”. Mientras una persona habla, el resto están en silencio y escuchando. No se deben permitir solapamientos. Todo el mundo es libre de expresar lo que ha experimentado y sentido, sin juicios.
<i>Duración</i>	Unos 10 minutos.

### Repetición rápida

<i>Palabras clave</i>	Cierre.
<i>Propósito</i>	Definir exactamente a nivel físico lo que se ha realizado en clase.
<i>Descripción</i>	Se invita al alumnado a recorrer con gran rapidez todos los ejercicios propuestos durante la sesión de trabajo. Los ejercicios se volverán a realizar en una forma extremadamente reducida, casi como para hacer una lista física.
<i>Duración</i>	Unos 15 minutos.