



Educación Artística

Quinto grado

Lección 6 Viaje a mi interior

Aquí aprenderás que los distintos sentimientos y sensaciones que experimentas forman parte de tu personalidad.

Lo que conozco

¿Has experimentado el enojo cuando algo no sucede como esperabas? ¿Y qué sientes cuando todo sale bien?

22

BLOQUE I

Existen muchos ejercicios para que los actores exploren sus sentimientos, sensaciones y emociones; de este modo, consiguen representarlos en escena con mayor o menor grado de intensidad y así hacen que su personaje resulte creíble.

En esta lección llevaremos a cabo un ejercicio con las emociones y su grado de intensidad.

- En grupo formen un círculo y pónganse de pie en un espacio amplio.
- Comiencen moviendo las partes del cuerpo suavemente: empiecen por la cabeza y terminen con los pies.
- Ahora, con su maestro en el centro, escuchen la frase que les dirá: “Así soy yo”, imprimiéndole una emoción como “alegría”, entonces todos repetirán la frase las veces que sea necesario hasta que cada uno experimente la emoción en todo su cuerpo.
- Al decir la frase, cada uno debe ir subiendo la intensidad de la emoción y el tono de su voz hasta que casi griten. También pueden mover su cuerpo según lo necesiten.
- Enseguida su maestro dirá nuevamente la frase: “Así soy yo” y a lo mejor dice: “enojo”; continúen el ejercicio con todas las emociones.



Trapos y harapos, Compañía Athos Garabatos, 2010.

- Al finalizar relájense o recuéstense sobre el suelo unos minutos.

Actividades como ésta te permiten conocerte, identificar lo que sientes y la manera en que lo expresas.

Dividan su grupo en equipos y comenten lo siguiente: ¿cómo se sintieron experimentando con su cuerpo y su voz?, ¿qué diferencias notan en cómo varios compañeros expresan la misma emoción?, ¿por qué piensan que las mismas emociones se manifiestan de diferentes maneras en cada uno de ustedes?





Cállate, dirección de Cal McCrystal; actriz: Adriana Duch. Xalapa, Veracruz, 2007.

En el teatro, en la pintura, en la música y en la danza, podemos ver cómo los artistas se expresan de formas muy diversas. Cada obra es diferente porque cada artista interpreta sus propias emociones con su estilo. Por eso las obras producen emociones particulares en cada espectador.



Para la siguiente clase...

Necesitarás objetos del Baúl del arte y diversos accesorios, como collares, brazaletes o plumas.

Las emociones, los pensamientos y las actitudes conforman nuestra personalidad.

Para realizar sus obras y plasmar en ellas su mundo interno en una expresión única y genuina, los artistas estudian mucho para dominar las técnicas que requieren.