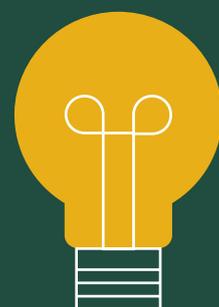
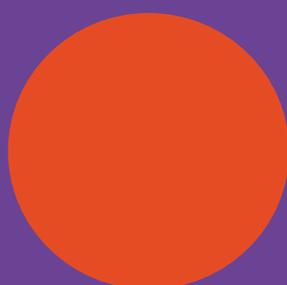
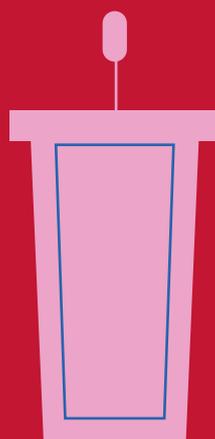
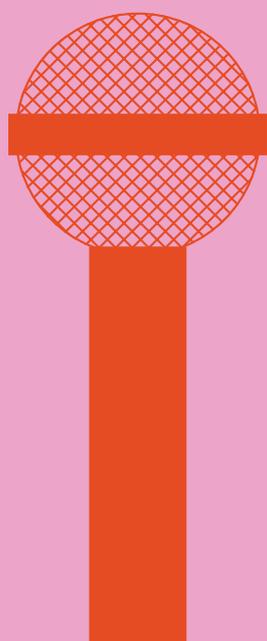




Hablar al cuadrado

Técnicas teatrales para conseguir un buen discurso

Educación Primaria





Este recurso forma parte de *Educación Responsable*, un programa educativo de la Fundación Botín que favorece el desarrollo emocional, cognitivo, social y creativo, promueve la comunicación y mejora la convivencia en los centros escolares a partir del trabajo con docentes, alumnado y familias.

Los recursos de *Educación Responsable* permiten trabajar las siguientes variables: Identificación y expresión emocional, empatía y autoestima (desarrollo afectivo); autocontrol, toma de decisiones y actitudes positivas hacia la salud (desarrollo cognitivo); habilidades de interacción, autoafirmación y oposición asertiva (desarrollo social) y la creatividad.

CRÉDITOS

Produce: Fundación Botín

Contenidos: Elena Martín-Consuegra Parras

Diseño y maquetación: Baixa Studio

Edición

Fundación Botín 2022

Pedruca, 1 39003 Santander

© Fundación Botín, 2022

© de los textos Elena Martín-Consuegra

© de las ilustraciones su autora

Índice

Propuestas de textos para trabajar en el aula	14
--	----

01. ¿Qué es un discurso? 16

Antes de la presentación	16
1. ¿Qué es un discurso? ¿Qué es hablar en público?	16
2. La postura corporal	16
3. ¿Qué puede ser esto?	17
Durante la presentación	17
4. El objeto maravilloso	17
Después de la presentación	18
5. Valoración grupal	18
6. Relajación	18
7. Proceso de escritura	18

02. Memoria y discurso 20

Antes de la presentación	20
1. Presentación de la anécdota o discurso	20
2. Memorización a través de imágenes	20
Durante la presentación	23
3. Explicar la historia	23
4. El "Y si... mágico"	23
Después de la presentación	24
5. Valoración grupal	24
6. Conexión emocional. El abrazo	24

03. La música del discurso	25
Antes de la presentación	25
1. La música del discurso	25
2. El cuerpo habla	25
3. La máquina fantástica	25
Durante la presentación	26
4. Gromelot	26
5. Improvisación. Agilidad mental	26
Después de la presentación	27
6. Valoración grupal	27
7. La energía del círculo	27

04. La expresión corporal en el discurso	28
Antes de la presentación	28
1. Calidades de movimiento del cuerpo	28
2. Las manos	29
Durante la presentación	30
3. Anécdota de alambre, barro, piedra o algodón	30
4. Entonar el texto	30
Después de la presentación	30
5. Valoración grupal	30
6. Expresión corporal. La ducha	31

05. La interpretación del discurso	32
Antes de la presentación	32
1. Trabajo vocal. El trabalenguas	32
2. Ejercicio de vocalización. La mosca	32
3. El binomio fantástico	33
Durante la presentación	33
4. La Interpretación del discurso con juegos de escenificación	33
5. El orador y su público	34
Después de la presentación	34
6. Valoración grupal	34
7. La energía del círculo	35

06. Puesta en escena del discurso	36
Antes de la presentación	36
1. El teatro como herramienta pedagógica	36
2. El clown	36
Durante la presentación	37
3. El clown cuenta la historia	37
4. Puesta en escena del discurso	37
Después de la presentación	38
5. Valoración grupal. Debate	38
6. Visionado de las grabaciones	38

A modo de conclusión	39
-----------------------------	----

Materiales para el docente	39
-----------------------------------	----

Video 1.- Postura y proyección de voz	39
Video 2.- Entonación y Gromelot	39
Video 3.- Técnica clown	39

Para leer y saber más	40
------------------------------	----

Presentación

Este material educativo se ha llamado *Hablar al cuadrado* porque trata de poner en valor la Oratoria, el Arte de hablar en público, desde la perspectiva del Teatro. La palabra hablada es, junto con el gesto, el vehículo de expresión emocional más directo que tenemos como seres humanos. Aprender a expresarnos correctamente en voz alta, a defender nuestras ideas o pensamientos delante de una audiencia, a superar el miedo escénico o a manejar nuestro lenguaje no verbal, son aprendizajes muy valiosos para la vida escolar y profesional.

Existe, además, un gran potencial para trabajar la educación emocional en el aula a través de las herramientas teatrales que se aplican en la preparación de un discurso hablado. La propia naturaleza de la expresión dramática nos hace enfrentarnos a emociones agradables y desagradables de una manera lúdica, que no nos compromete, y nos da la oportunidad de aprender significativamente de ellas.

El valor de un material didáctico enfocado a la Oratoria o al Arte de hablar en público no se aleja en absoluto del fomento de la lectura, de ella se nutre en gran medida, pero además aporta una nueva perspectiva al uso de uno de los ejes de la comunicación: la palabra viva, en constante cambio y transformación. El discurso podría considerarse en sí mismo un género literario, que puede trabajarse en el aula en sesiones en las que el docente pueda valorar la evolución del alumnado con criterios técnicos y artísticos.

Esta necesidad de mejorar las formas de expresión es evidente cuando los alumnos¹ se enfrentan a exposiciones y defensas delante de una audiencia –o incluso de jurados– a lo largo de su vida académica y, más tarde, de su ejercicio profesional.

En esta propuesta, las artes escénicas aplicadas al ámbito literario serían el eje fundamental de las sesiones que se proponen. Es importante entender que no se trabajará el discurso desde el punto de vista teórico, sino su aplicación práctica de forma multidisciplinar. El objetivo es que los docentes puedan llevar a cabo cada una de las sesiones con su alumnado, aplicando los contenidos en la medida que consideren adecuados, probándolos con ellos y adaptándolos según sus gustos o necesidades.

Como ocurre con el resto de propuestas de *Educación Responsable* es una opción abierta que el docente debe hacer suya en función de su alumnado. En cada sesión se podrán encontrar ejercicios específicos y propuestas generales sobre el discurso que ellos mismos podrán ir eligiendo.

Las actividades están estructuradas en torno a los elementos que componen el discurso y en tres momentos del mismo. **ANTES** de su presentación se proponen actividades de calentamiento y motivación que en ocasiones están compartidas con

¹ A fin de agilizar la lectura usaremos a lo largo del documento algunas figuras en masculino, pero naturalmente, se alude con ellas a ambos géneros.

las sugeridas en el recurso de *El Coro de las Emociones*. **DURANTE** la presentación se refiere al momento de ponerse delante del público con las diferentes propuestas que se ofrecen y finalmente **DESPUÉS** de la presentación donde se anima a una valoración grupal para aplaudir lo que ha salido bien y ver posibles mejoras para futuras actuaciones.

Durante todo el proceso se trabajan las variables de *Educación Responsable*, como es habitual en el resto de recursos, y a continuación se ofrece una tabla donde se especifica el trabajo emocional y creativo de la actividad o dinámica concreta.

La propuesta está reforzada con varios videos que ofrecen recomendaciones para una presentación efectiva.

Algunos conceptos previos del mundo del teatro:

Espacio teatral

Lugar donde se desarrollan los ejercicios; debe diferenciarse del espacio habitual. Se trata de un espacio muy abierto, donde quepan el público y los intérpretes. Estas sesiones se plantean para poder desarrollarse en cualquier aula, pero si es posible realizarlas en un aula diáfana, mejor. Si no, bastaría con apartar sillas y mesas. Es importante que, en cualquier caso, **transformen el espacio de alguna manera** (cambio de luz, permanezcan de pie en sus sitios, disposición de las sillas en círculo...)

Escenario

Se dejará un lugar, dentro de este espacio teatral que haga las veces de escenario o estrado donde el orador pronunciará su discurso o se realizarán ejercicios en pareja o individuales. No es necesario que sea muy grande, con espacio para dos personas será suficiente, pero sí es importante que **se vea bien** desde todos los puntos de la clase; si está elevado, mejor.

Ejercicio

Se refiere a dinámica, actividad o propuesta en sentido amplio. Se debe dejar al alumno que explore el ejercicio propuesto sin ser demasiado estrictos; se trata, al fin y al cabo, de que desarrollen su creatividad y busquen la forma más conveniente de hacerlo. Es importante ser flexibles con estas actividades y crear un **clima de confianza** en el aula.

Público o audiencia del discurso

A menudo se hará referencia a ella. Es importante eliminar la función crítica del mismo: el público no debe juzgar. En todo caso puede opinar sobre las cuestiones técnicas, pero nunca con un "Bien" o "Mal". Lo realmente importante en el contexto escolar es educar al alumnado en la **escucha activa**, es decir, aprender a estar presentes, por y para el compañero, brindando toda nuestra atención y sugiriendo mejoras de forma constructiva.

O1.

¿Qué es un discurso?

ACTIVIDAD	VARIABLES
ANTES DE LA PRESENTACIÓN	
1. ¿Qué es un discurso? ¿Qué es hablar en público?	<i>Autocontrol Identificación y expresión emocional Habilidades de interacción Actitudes positivas hacia la salud</i>
2. La postura corporal	<i>Habilidades de autoafirmación Autocontrol</i>
3. ¿Qué puede ser esto?	<i>Habilidades de autoafirmación Creatividad</i>
DURANTE LA PRESENTACIÓN	
4. El objeto maravilloso	<i>Creatividad Habilidades de autoafirmación</i>
DESPUÉS DE LA PRESENTACIÓN	
5. Valoración grupal	<i>Habilidades de autoafirmación Identificación y expresión emocional</i>
6. Relajación	<i>Autocontrol</i>
7. Proceso de escritura	<i>Creatividad Identificación y expresión emocional Habilidades de autoafirmación</i>

02. Memoria y discurso

ACTIVIDAD	VARIABLES
ANTES DE LA PRESENTACIÓN	
1. Presentación de la anécdota o discurso	<i>Empatía Habilidades de autoafirmación Identificación y expresión emocional</i>
2. Memorización a través de imágenes	<i>Creatividad</i>
DURANTE LA PRESENTACIÓN	
3. Explicar la historia	<i>Creatividad Identificación y expresión emocional Habilidades de autoafirmación</i>
4. El "Y si... mágico"	<i>Creatividad Empatía Identificación y expresión emocional</i>
DESPUÉS DE LA PRESENTACIÓN	
5. Valoración grupal	<i>Identificación y expresión emocional</i>
6. Conexión emocional. El abrazo	<i>Habilidades de interacción</i>

03. La música del discurso?

ACTIVIDAD	VARIABLES
ANTES DE LA PRESENTACIÓN	
1. La música del discurso	<i>Habilidades de interacción Identificación y expresión emocional</i>
2. El cuerpo habla	<i>Identificación y expresión emocional Habilidades de interacción</i>
3. La máquina fantástica	<i>Habilidades de interacción Creatividad</i>
DURANTE LA PRESENTACIÓN	
4 Gromelot	<i>Creatividad</i>
5 Improvisación. Agilidad mental	<i>Habilidades de autoafirmación Autoestima Creatividad</i>
DESPUÉS DE LA PRESENTACIÓN	
6 Valoración grupal	<i>Identificación y expresión emocional</i>
7 La energía del círculo	<i>Autoestima</i>

O4. La expresión corporal en el discurso

ACTIVIDAD	VARIABLES
ANTES DE LA PRESENTACIÓN	
1. Calidades de movimiento del cuerpo	<i>Actitudes positivas hacia la salud</i>
2. Las manos	<i>Autocontrol</i>
DURANTE LA PRESENTACIÓN	
3. Anécdota de alambre, barro, piedra o algodón	<i>Creatividad Autoestima</i>
4. Entonar el texto	<i>Habilidades de autoafirmación Toma de decisiones responsable Actitudes positivas hacia la salud</i>
DESPUÉS DE LA PRESENTACIÓN	
5. Valoración grupal	<i>Identificación y expresión emocional Actitudes positivas hacia la salud</i>
6. Expresión corporal. La ducha	<i>Habilidades de interacción Actitudes positivas hacia la salud</i>

05. La interpretación del discurso

ACTIVIDAD	VARIABLES
ANTES DE LA PRESENTACIÓN	
1. Trabajo vocal. El trabalenguas	<i>Habilidades de autoafirmación Actitudes positivas hacia la salud</i>
2. Ejercicio de vocalización. La mosca	<i>Actitudes positivas hacia la salud</i>
3. El binomio fantástico	<i>Habilidades de interacción Creatividad</i>
DURANTE LA PRESENTACIÓN	
4. La interpretación del discurso con juegos de escenificación	<i>Creatividad Empatía</i>
5. El orador y su público	<i>Habilidades de interacción Autoestima</i>
DESPUÉS DE LA PRESENTACIÓN	
6. Valoración grupal	<i>Identificación y expresión emocional Habilidades de autoafirmación</i>
7. La energía del círculo	<i>Habilidades de interacción Creatividad</i>

06. Puesta en escena del discurso

ACTIVIDAD	VARIABLES
ANTES DE LA PRESENTACIÓN	
1. El teatro como herramienta pedagógica	<i>Empatía</i> <i>Habilidades de interacción</i>
2. El clown	<i>Creatividad</i> <i>Autoestima</i>
DURANTE LA PRESENTACIÓN	
3. El clown cuenta la historia	<i>Autoestima</i> <i>Creatividad</i>
4. Puesta en escena del discurso	<i>Creatividad</i> <i>Habilidades de interacción</i>
DESPUÉS DE LA PRESENTACIÓN	
5. Reflexión grupal. Debate	<i>Habilidades de oposición asertiva</i>
6. Visionado de las grabaciones	<i>Identificación y expresión emocional</i>

Propuestas de textos para trabajar en el aula

Adaptación para niños de las ideas de la Convención sobre los Derechos del Niño el 20 de noviembre de 1989 de la ONU.

Todas las niñas y niños tenemos una ley internacional que nos protege: La Convención sobre los Derechos del Niño. No importa dónde hayamos nacido, cuál sea nuestro color de piel o qué idioma hablemos. Los gobiernos, las familias y las personas que nos rodean tienen que tratarnos bien y procurarnos un lugar seguro donde vivir.

Algunos de estos derechos tienen que ver con el derecho a vivir en un planeta saludable, y todos tenemos que hacer lo posible por cuidarlo, incluidos los niños y niñas.

Tenemos derecho a pasear por campos y bosques con árboles y flores en lugar de basura. Tenemos derecho a bañarnos en mares y ríos limpios, a beber agua potable y a respirar aire sano. Tenemos derecho a descansar, jugar, reír y disfrutar de un entorno saludable en el campo y en la ciudad.

Somos el futuro de la civilización humana y el planeta tierra es nuestra casa. ¿Y tú? ¿Estás cuidando tu casa?

Fragmento de “La magia de la lluvia” de la Guía de viaje para descubrir los *Objetivos de Desarrollo Sostenible* (Fundación Fabre).

Akissi se levanta cada mañana muy temprano. Cuando aún no ha salido el sol, camina junto a su madre durante dos horas para llenar su cubo de agua en un pozo cercano. A Akissi le encanta pasar tiempo con su madre, aunque a veces le da un poco de miedo la oscuridad de la noche. Para que esté tranquila, su madre le canta canciones en Bété, el idioma Kru. Su canción favorita se llama *Ayo Na Da, Né You*, que significa *Hola mama, ¿quieres agua?* Al regresar, Akissi sigue ayudando a su madre en las tareas de la casa antes de ir a la escuela.

Durante las primeras horas de clase, Akissi siempre está muy cansada. Una mañana, sin querer, se quedó dormida sobre el libro que estaban estudiando. Antes de que el profe Amadou le despertase algo enfadado, Akissi tuvo un sueño que deseó que fuera realidad. Soñó que el pozo de agua al que tenían que caminar estaba junto a su casa y que, entonces, cada mañana se podría despertar cuando era ya de día.

Cuando terminó la escuela, comenzó a llover con mucha fuerza. Todas las personas salieron de sus casas para bailar y celebrar: ¡hacía un año que no llovía! Akissi pensó: ¡Mi sueño se ha hecho realidad!, ¡El pozo ha llegado en forma de lluvia! Corriendo fue a buscar a sus amigos, les repartió unos cubos vacíos y les dijo: ¡vamos a guardar el agua de la lluvia en estos cubos! Cuando estuvieron llenos, Akissi fue a avisar a su madre cantando: *Ayo Na Da, Né You. Hola mama, ¿quieres agua?*

O1.

¿Qué es un discurso?

ANTES DE LA PRESENTACIÓN

1. ¿Qué es un discurso? ¿Qué es hablar en público?

Autocontrol · Identificación y expresión emocional

Habilidades de interacción · Actitudes positivas hacia la salud

En esta primera sesión el educador presenta el tema del discurso y propone algunas preguntas al alumnado. *¿Qué es un discurso? ¿Qué es la oratoria? ¿Cuándo necesitamos hablar en público? ¿Por qué es importante que sepamos expresarnos correctamente delante de una audiencia?* La Oratoria o Arte de hablar en público es la capacidad de expresarse con claridad, elocuencia y convicción ante los demás. Un discurso es una exposición ordenada sobre un tema determinado. Implica un conocimiento mínimo del mismo y la capacidad de exponerlo delante de una audiencia. Para los alumnos más pequeños basta con explicar la importancia de hablar en voz alta delante de toda la clase, con seguridad y sin vergüenza. Para los mayores es importante transmitir también que el conocimiento sobre el tema a tratar es importante para resultar eficaz en la exposición, y que una buena gestión emocional es imprescindible para ordenar las ideas. Se explicará, desde el principio que este trabajo es un **proceso**, en el que es importante el resultado final –la exposición del discurso– pero también el aprendizaje que se producirá durante los ejercicios en el aula.

El docente trabajará a lo largo de las sesiones procurando que el alumnado utilice el mismo texto para poder valorar la evolución. Este texto podría ser:

- Una anécdota personal del alumno. Un discurso propio y personal redactado por los alumnos.
- Uno de los textos que se proporcionan en este material educativo.
- Otro que el docente considere adecuado y que tenga una duración entre dos y cinco minutos, con frases cortas y concisas, una estructura fácil de seguir y un tema cercano al alumnado.

2. La postura corporal

Habilidades de autoafirmación · Autocontrol

La relación entre el cuerpo y la voz es fundamental para avanzar en los siguientes contenidos, para ello en esta sesión se realizarán unos primeros ejercicios sobre la postura corporal y la proyección de la voz, tal y como se muestra en el [vídeo 1: Postura y proyección de voz en el espacio](#). (Ver también los vídeos de calentamiento corporal y vocal existentes en el recurso de *Educación Responsable El Coro de las Emociones*).

3. ¿Qué puede ser esto?

Habilidades de autoafirmación · Creatividad

En el entrenamiento de la capacidad de hablar en público es fundamental trabajar también la creatividad. Esta, junto con un buen uso del lenguaje, nos permiten escribir nuestros propios discursos y llevar nuestras ideas al papel, de manera interesante, clara e inteligente. Se entrenará en todas las sesiones con ejercicios de este tipo que –aunque alejados del discurso en sí, pretenden potenciar creatividad e imaginación.

El docente pide al alumnado que se ponga de pie en el aula –se intentará trabajar en un espacio diáfano o se retirarán mesas y sillas– y les enseñará un objeto que previamente habrá conseguido y que no es cotidiano en el aula: Un palo/botella/cojín/aro del gimnasio.

¿Qué puede ser esto? ¿Es sólo _____ o algo más?

Se transformará entonces el objeto de la manera que cada uno quiera y se explicará utilizando esta fórmula: *Esta botella no es una botella. Es un escoba con la que puedo barrer el suelo de la clase (Y se muestra el uso "gestual" del objeto) o este aro no es un aro. Es una ventana para saludar a los vecinos. ¡Hola vecinos!* El alumnado se va pasando el objeto hasta que todos lo hayan transformado en otra cosa. En los más pequeños no importa si repiten la misma transformación; a los mayores les pediremos que no repitan la de sus compañeros.

Además de trabajar la creatividad se está, una vez más, relacionando el gesto con la palabra, algo que resultará fundamental en el trabajo posterior sobre el discurso o la anécdota.

DURANTE LA PRESENTACIÓN

4. El objeto maravilloso

Creatividad · Habilidades de autoafirmación

El docente pide al alumnado que se ponga en parejas, al ser la primera sesión les dará más confianza. Deben improvisar una pequeña presentación sobre un objeto que tengan en su mesa, en la mochila, en el abrigo, etc. La idea es que se lo *presenten* al resto como si fuera algo extraordinario y maravilloso, un invento revolucionario y magnífico, con cualidades tecnológicas increíbles, casi mágicas. Dispondrán de un momento para pensar sobre ello: qué hace el objeto, para qué sirve, cómo se usa, etc. y a continuación se lo contarán al resto de la clase. Se trabajará así el entusiasmo y la persuasión en el discurso.



VOCALIZACIÓN. Trata de “masticar” las palabras cuando hables, movilizándolo la musculatura relacionada con el aparato fonador (mandíbula, labios, nariz, cuello, etc.)

DESPUÉS DE LA PRESENTACIÓN

5. Valoración grupal

Habilidades de autoafirmación · Identificación y expresión emocional

El educador y los alumnos deben hacer una pequeña valoración sobre el trabajo de la sesión durante la presentación de los discursos.

- ¿Has conseguido vocalizar correctamente al presentar el objeto?
- ¿Has notado que proyectabas la voz en la sala?
- ¿Crees que han notado los oyentes tu entusiasmo al presentar el objeto?
- ¿Cómo te has sentido?

Es importante cerrar la reflexión pensando conjuntamente en elementos y acciones de mejora para posteriores representaciones de nuestros discursos o anécdotas.

6. Relajación. La playa

Autocontrol

Para terminar, el educador elige una música suave, pide a los alumnos que se tumben boca arriba en el suelo (o lo más cómodamente posible) y con los ojos cerrados. La actividad consiste en hacer una pequeña visualización de un rato en la playa, tratando de imaginar el calor de la arena en el cuerpo, el sonido de las olas, el olor del mar, etc. El educador puede alargar la visualización hasta donde quiera (sumergirse en el agua, bucear, convertirse en peces, vola...) Los sentidos y la imaginación son poderosos aliados para relajar el cuerpo después de la puesta en escena.

Nota: En la siguiente sesión, *Memoria y Discurso*, los alumnos empezarán a trabajar a partir de una anécdota sencilla que hayan vivido en persona. Si la presentan escrita será mejor y en función del ciclo de Primaria será más o menos elaborada. Algunos alumnos podrán elegir en su lugar trabajar un discurso ajeno, como los propuestos en este material educativo.

7. Proceso de escritura

Creatividad · Identificación y expresión emocional

Habilidades de autoafirmación

Los alumnos podrán elegir entre trabajar con el discurso dado, escribir uno propio o relatar una anécdota. En el caso de que elijan escribir el suyo –con ayuda del educador si fuera necesario– deberán tener en cuenta el proceso de escritura de un texto para exponerlo en voz alta en la siguiente sesión.

- **Proceso imaginativo-creativo.** (Búsqueda de imágenes). El discurso no es solo racional: tiene un importante contenido emocional. Se pedirá al alumnado que busquen las imágenes asociadas que –tanto al orador como al público– nos permitan visualizar *emotivamente* la idea. Por ejemplo, si decimos: *tenía mariposas en el estómago antes de subir al tobogán* o *tenía tanto miedo que casi rompo el jersey de mi hermana al agarrarla* se están usando imágenes fáciles de visualizar por la audiencia, lo que ayuda a generar empatía y vínculo entre el orador y el público.

- **El proceso técnico.** (Estructura y partes). Desarrollar la idea de forma *conflictiva*, es decir en torno a una búsqueda que se resuelve. Para ello se propone: desarrollar la idea de manera atractiva para el oyente, con una estructura literaria. En toda historia hay un misterio y las historias se desarrollan mediante un principio-nudo-desenlace. Ayudará que las frases sean cortas y sencillas.
- **El proceso poético-filosófico.** Se refiere al mensaje y a la visión del mundo del ponente o del autor: su voz personal. Hay una forma única y personal de contar las cosas, se trata de buscar cómo decir lo que se quiere decir. Hay que invitar al espectador a formularse preguntas, tratando de buscar la originalidad en el planteamiento del tema.

02. Memoria y discurso

ANTES DE LA PRESENTACIÓN

1. Presentación de la anécdota o discurso

Empatía · Habilidades de autoafirmación
Identificación y expresión emocional

Una anécdota es algo que nos ha sucedido y que por alguna razón resulta curioso o sorprendente. Tiene un componente fundamental para un buen discurso: el vínculo emotivo.

Aquello que se cuenta en público suele hacer referencia a nuestra historia personal, de algún modo; y si no lo fuera –como por ejemplo la presentación de un trabajo de historia o ciencias– es nuestra tarea convertirlo en algo que conecte con nosotros y, en consecuencia, acabe conectando con la audiencia. Esta conexión se consigue a través de la emoción, poniéndose en el lugar de aquel que ha escrito el texto y tratando de entender por qué lo ha escrito. En el caso del texto sobre los Derechos del niño el docente puede pedir a los alumnos más pequeños que piensen también en la tierra como su casa. En el caso de “*La magia de la lluvia*” se puede hacer un interesante trabajo de empatía con el personaje de Akissi.

Se empieza la sesión comentando en voz alta las anécdotas o el discurso que cada alumno haya elegido, en pequeño o gran grupo.

2. Memorización a través de imágenes

Creatividad

En esta segunda sesión se presenta una herramienta que servirá durante todo el proceso, y a la hora de recordar otros textos: la memorización a través de imágenes.

Lo primero que hacen los alumnos es re-escribir la anécdota o discurso en un folio (es importante que solo ocupe una cara) con letra grande y espacio entre líneas para poder dibujar después. A continuación se buscarán imágenes que ayuden a recordar el orden de las frases y las claves de la anécdota. Este ejercicio también se puede hacer con ilustraciones, cartas ilustradas o imágenes impresas, de manera que se asocien imágenes sugerentes a cada parte o párrafo de la historia. Por ejemplo:

01.



Este verano fui a un parque acuático con mis primos (Dibujo con un sol y unos niños).



02.



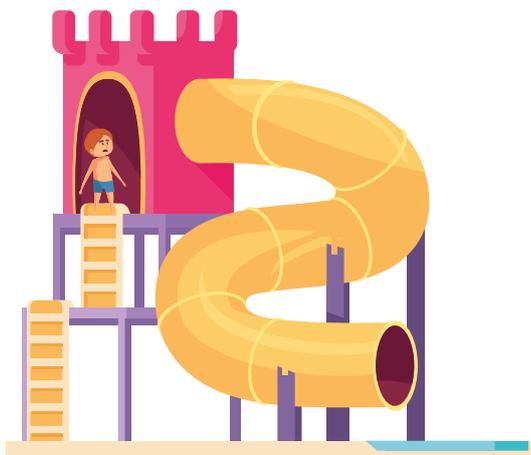
Cuando estábamos en una de las atracciones, me entró miedo (Dibujo de niño con cara de susto encima de un tobogán), y no me pude tirar.

03.



Mis primos bajaron por el tobogán y yo me quedé con el socorrista arriba del todo (Dibujo del socorrista sonriendo), porque no quería bajar solo por las escaleras.

04.



Me contó que se llamaba Diego y que de pequeño no le gustaba los toboganes (Dibujo de un niño muy pequeño y un tobogán gigante), hasta que una buena amiga le ayudó a atreverse. ¡Y ahora trabajaba ahí!

05.



Estuve un buen rato charlando hasta que mi madre vino a buscarme y nos tiramos los dos juntos. (Dibujo del niño tirándose del tobogán con su madre)

Se puede utilizar la expresión plástica en cualquiera de sus formas: collage, acuarela, fotos del alumno, uso de distintas tipografías, recurriendo a mapas mentales, etc. De hecho, cuanto más se asocie el texto a imágenes y más tiempo se le dedique, mejor será la memorización.

DURANTE LA PRESENTACIÓN

3. Explicar la historia

Creatividad · Identificación y expresión emocional · Habilidades de autoafirmación

La presentación de esta sesión consiste en la narración de la anécdota propia a partir de distintas propuestas creativas. Como algunos alumnos no habrán podido memorizarla aún, se les permite leerlas. A aquellos que, sin saberla de memoria, crean recordar la mayoría de las ideas del texto, se les animará a que intenten recordar e improvisen.



DISTANCIAMIENTO. A veces es difícil exponernos al público en las primeras sesiones. Es interesante añadir un componente lúdico. Si el alumno se siente cohibido, se le pedirá desde la sesión anterior que traiga una marioneta de mano, y que trabaje la anécdota con la marioneta y no desde sí mismo.

La primera propuesta consiste en narrar el texto como si el alumno fuera un profesor. Se busca una primera narración cuyo objetivo sea explicar aquello que se cuenta de la mejor manera posible, que todos lo entiendan. Para los alumnos más tímidos se puede proponer una técnica de distanciamiento, es decir; que no sean ellos los que cuenten la historia sino una marioneta que traigan de casa y que les sirva para esconderse y, poco a poco, empezarán a ser ellos los narradores.

Para los más pequeños es recomendable empezar a trabajar en parejas, de modo que cada uno le cuente la anécdota a otro compañero, en lugar de contársela a toda la clase.

4. El "Y sí..." mágico

Creatividad · Empatía · Identificación y expresión emocional

Esta segunda propuesta está basada en el concepto del "Y sí..." mágico de Konstantin Stanislavsky –actor, director y pedagogo teatral que vivió entre finales del XIX y principios del XX–. Consiste en aceptar las circunstancias dadas de un personaje, sean cuales sean, y vivirlas como si fueran reales. Para los niños más pequeños el "Y sí..." es el inicio de todos sus juegos y no le será difícil jugar a lo que se les proponga. Esta premisa vale para iniciar cualquier dinámica teatral y para trabajar emociones en el aula (*¿Y si aparece un elefante en el aula? ¿Y si todos dejamos de ser capaces hablar de repente? ¿Y si todo lo que nos dicen nos pone muy tristes/alegres/enfadados?*).

En este caso va a servir para seguir trabajando la anécdota. Nuestro "Y si..." será: *¿Y si todos fuéramos monstruos?* A partir de ahí habrá que pensar: *¿Cómo habla un monstruo? ¿Cómo se mueve?* Primero se deja al alumnado que explore cada uno su monstruo y que jueguen con su voz y su cuerpo, en pequeños grupos o todos juntos por el aula. Después mostrarán cómo su monstruo cuenta la anécdota o parte del discurso.

DESPUÉS DE LA PRESENTACIÓN

5. Valoración grupal

Identificación y expresión emocional

El educador y los alumnos deben hacer una pequeña valoración sobre el trabajo de la sesión durante la presentación de los discursos.

- *¿Cómo te has sentido? Escribe un adjetivo que lo defina.*
- *¿Has podido memorizar parte de tu historia?*
- *¿Crees que las emociones hacen que recuerdes mejor lo que tienes que contar?*

Es importante cerrar la reflexión pensando conjuntamente en elementos y acciones de mejora para posteriores representaciones de los discursos.

6. Conexión emocional. El abrazo

Habilidades de interacción

Se termina la sesión de hoy conectando con los compañeros con los que se ha trabajado. Idealmente cada uno de los alumnos necesitará un pañuelo para vendarse los ojos. Si no se puede, con cerrarlos cuando sea necesario será suficiente. Los alumnos se pondrán en pequeño grupo (dos-cuatro alumnos) y se observarán en silencio durante unos segundos; cerrarán los ojos y el educador los cambiará de sitio por el aula, procurando distanciar a cada miembro del grupo. Cuando se dé la señal de comienzo (una palmada, una voz, etc.), muy lentamente y en silencio, se buscarán todos hasta que se reconozcan por el tacto o el olor, y puedan darse un abrazo colectivo.

03.

La música del discurso

ANTES DE LA PRESENTACIÓN

1. La música del discurso

Habilidades de interacción · Identificación y expresión emocional

Esta sesión está destinada a la Entonación Lógica Expresiva, que significa decir el texto con sentido, haciendo las inflexiones que correspondan, de manera que resulte lo más amena y atractiva posible. Para los alumnos más pequeños será suficiente con hablar de entonación. Se puede comparar la entonación con la música del discurso, sin confundirla con cantar el texto –a lo que se suele aludir como decirlo con soniquete– que puede resultar artificial. Cualquier texto hablado tiene que tener cambios de tono, movimiento, estar vivo... La forma en la que se entonan las palabras traslada además un mensaje sobre cómo somos, nuestro estado de ánimo, nuestro carácter. Recomendamos visionar el [vídeo 2: Entonación y Gromelot](#).

2. El cuerpo habla

Identificación y expresión emocional · Habilidades de interacción

En esta dinámica se trabajarán las emociones. *¿Cómo se comporta nuestro cuerpo cuando está triste/alegre/enfadado/asustado?* (En función de la edad las emociones se irán complicando). Se van indicando distintas partes del cuerpo (cabeza, hombros, brazos, cara...) y se trabaja cómo se encuentra cada una de ellas al transitar por las distintas emociones. *¿Cómo se mueve una cabeza alegre? ¿Cómo están los hombros cuando estamos tristes?*

Se elige después una frase del discurso o anécdota y se juega con ella diciéndola con los distintos estados de ánimos que ya se han trabajado. El docente puede ir añadiendo poco a poco distintas músicas que puedan generar nuevos estados emocionales. En esta dinámica trabajará todo el grupo a la vez ya que es un ejercicio que busca explorar en equipo, no exponer a un alumno individualmente. Sirve también para seguir memorizando parte del discurso.

3. La máquina fantástica

Habilidades de interacción · Creatividad

Para fomentar el trabajo en equipo se propone la dinámica: *La máquina fantástica*. En este juego cada niño forma parte de una gran máquina de gestos y sonidos, compuesta por la clase completa o la mitad de la misma. La máquina se compone de muchas piezas haciendo un sonido y un movimiento de forma repetida. Empieza uno de los alumnos, haciendo, por ejemplo, una flexión de rodillas y el sonido "Tac", después se une el siguiente y encaja su movimiento y su sonido en el anterior. Uno

a uno todo el grupo se va uniendo, de manera que al final todos generamos un ritmo y un movimiento coordinado con los demás. Se puede jugar también con una frase de nuestra anécdota o discurso sobre esta base musical; o probar a construir la máquina fantástica con palabras en lugar de sonidos. De esta forma se está trabajando el ritmo del discurso.

DURANTE LA PRESENTACIÓN

4. Gromelot

Creatividad

Después de visualizar el [vídeo 2: Entonación y Gromelot](#), toda la clase va a jugar con el lenguaje inventado para decir la anécdota o discurso. Primero todos leen su texto para recordar las ideas principales y después explican lo que les sucedió en su propio Gromelot.

El Gromelot es una forma única de expresión que consiste en transmitir emoción e imágenes en un idioma inventado. Es fundamental que el ritmo sea el de un lenguaje creíble. Se puede introducir -en los alumnos mayores- la figura de *El traductor* que interpreta a su manera lo que lo está contando el compañero. No importa que en esta sesión no se trabaje el discurso o anécdota completos, puesto que se está explorando su ritmo y sus imágenes mentales a través de este ejercicio.

5. Improvisación. Agilidad mental

Habilidades de autoafirmación · Autoestima · Creatividad

Además de la capacidad de memorizar (trabajada en la sesión anterior y que no hay que perder de vista), hay una cualidad imprescindible al hablar en público: la capacidad de improvisar. Se harán dos ejercicios diferentes en función de la edad del alumnado: **Encuentro en el parque** para los más pequeños y **palabras absurdas** para los mayores.

Con alumnos más pequeños se trabajarán aspectos como la confianza en sí mismos y la capacidad de salir de situaciones comprometidas. En esta propuesta se pide al alumnado que suban en parejas al escenario e improvisen un encuentro entre dos personajes cotidianos del parque: una madre que pasea a su bebé con una amiga; un policía y un niño que se ha perdido; un hombre que pasea a su perro; un vendedor de helados, etc. Deberían elaborar un pequeño diálogo improvisado.



EL SILENCIO. Los alumnos no deben tener miedo a pensar en escena. Cuando pierdan el hilo se recomendará que hagan pausas y traten de conectar con la idea que tenían en mente. Muchas veces se tiende a rellenar el discurso hablando sin sentido, cuando, como decía Shakespeare: “Es mejor ser dueño de tu silencio que esclavo de tus palabras”

Al alumnado de los niveles más altos se le pedirá que improvise un pequeño monólogo con palabras aleatorias. Cada uno de ellos dice una palabra en voz alta y todos la anotan en un papel. Con todas las palabras recogidas, cada alumno pronunciará un discurso en el que aparezcan en el orden que desee; el texto tendrá que ser improvisado –ni redactarse, ni memorizarse– pero se permite que tenga la lista en la mano como guía para introducir las palabras.

Se trata de comprobar que puede hilar las palabras con cierta lógica sintáctica, aunque el contenido del discurso sea absurdo, y ser capaz de defender esa propuesta como si tuviera sentido.

DESPUÉS DE LA PRESENTACIÓN

6. Valoración grupal

Identificación y expresión emocional

El educador y los alumnos deben hacer una pequeña valoración sobre el trabajo de la sesión durante la presentación de los discursos.

- *¿Cómo ha sido el proceso de improvisar? ¿Te has sentido frustrado? ¿Cómo se puede hacer cuando no salen las palabras?*
- *¿Ha sido divertido? (Hay que procurar no perder el aspecto lúdico de la puesta en escena cuando se trabaja con el texto real, ya que eso hará que se comprometan más).*

Es importante cerrar la reflexión pensando conjuntamente en elementos y acciones de mejora para posteriores representaciones de los discursos o anécdotas y aplaudiendo los que han salido bien.

7. La energía del círculo

Autoestima

Este ejercicio se puede repetir las veces que se quiera y en cualquier sesión. Es corto, fácil y funciona como un detonador de la energía del grupo. El alumno se siente apoyado por el equipo y poco a poco pierde la vergüenza.

El alumnado se coloca en círculo; un voluntario sale al centro y hace un movimiento, gesto, palabra... lo que quiera. Una vez terminada esa acción, que no le llevará más de unos segundos, todos los compañeros le aplauden con entusiasmo. Lo importante es apoyar al compañero, independientemente de su capacidad o talento, todo está bien, no pasa nada si alguien sale y simplemente saluda con la mano. ¡Estupendo! No se juzga, ni se corrige, en este ejercicio, ya que se está reforzando la autoestima del alumnado.

Nota: Es importante pedir a los alumnos que para la siguiente sesión traigan memorizado el discurso o la anécdota, o al menos un fragmento importante.

O4.

La expresión corporal en el discurso

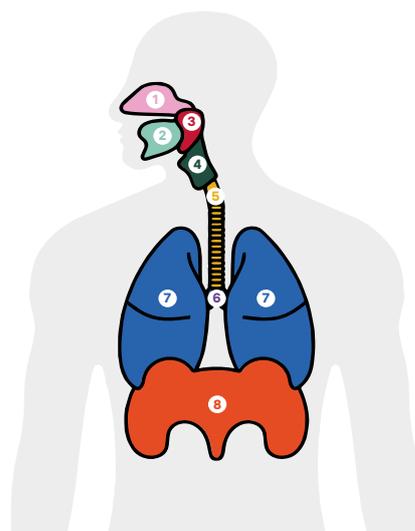
ANTES DE LA PRESENTACIÓN

1. Calidades de movimiento del cuerpo

Actitudes positivas hacia la salud

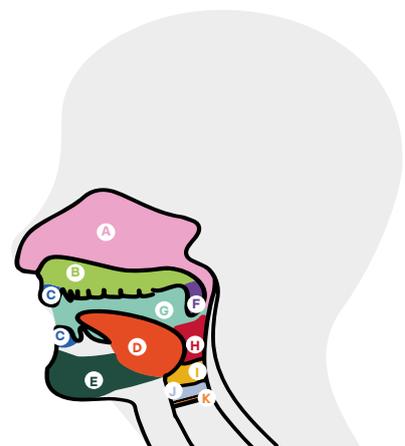
La relación entre el cuerpo y la emisión de la voz es simbiótica, es decir, según esté colocado nuestro cuerpo, así emitiremos una voz u otra de forma natural. Cómo nos colocamos, cómo colocamos nuestra espalda, nuestro cuello, nuestros brazos, etc., determina cómo se emite el sonido a través de nuestro aparato fonador. Por eso es tan importante tener una buena postura corporal al hablar en público. Son las cuerdas vocales las que lo producen, pero es el cuerpo el que le da a nuestra voz una cualidad única. La postura neutra, que hemos visto en la primera sesión, permite a los músculos que acompañen relajadamente al diafragma al trabajar. El diafragma es un músculo plano que se encoge y extiende cuando cogemos y soltamos el aire en los pulmones. Los músculos abdominales e intercostales hacen que podamos regular ese aire al hablar en público.

Aparato fonador



- | | |
|-----------------|-------------|
| 1 Fosas nasales | 5 Traquea |
| 2 Cavidad bucal | 6 Bronquios |
| 3 Faringe | 7 Pulmones |
| 4 Laringe | 8 Diafragma |

Aparato resonador



- | | |
|------------------|-----------------------|
| A Fosas nasales | G Tracto vocal |
| B Paladar duro | H Faringe |
| C Labios | I Embudo ariepigótico |
| D Lengua | J Laringe |
| E Mandíbula | K Cuerdas vocales |
| F Paladar blando | |

Para comprender mejor la relación cuerpo-voz se jugará con lo que en teatro se llama “las calidades de movimiento del cuerpo”. Se simplifican en cuatro elementos básicos para que sean fáciles de visualizar por el alumnado:

- El **barro** es pesado y maleable.
- El **alambre** es ligero y maleable.
- La **pedra** es pesada y no maleable.
- El **algodón** es ligero y no maleable.

Se pide al alumnado que convierta el cuerpo, uno a uno, en estos cuatro elementos, probando como su cuerpo va más rápido o lento o más tenso o relajado, etc. Es interesante visualizar aquí los vídeos de las técnicas de dirección del Recurso de *Educación Responsable El Coro de las Emociones*. En ellos también se utilizan las calidades de movimiento corporal referido a las manos, como vemos en el ejercicio siguiente.

Es importante que entre elemento y elemento vuelvan a colocar su cuerpo en la postura neutra. Todos los alumnos sienten lo que es moverse como barro, alambre, piedra y algodón durante unos segundos; y prueban a emitir sonidos con ese estado; probablemente el barro sea una voz lenta y arrastrada y el algodón una voz aguda y cantarina, eso depende de la imaginación de cada niño.

2. Las manos

Autocontrol

La mayoría de las personas también hablan con las manos. Es muy importante hacer a los alumnos conscientes de su lenguaje no verbal. Un buen manejo de las manos puede apoyar el discurso con gestos comedidos y expresivos.

En primer lugar, en esta dinámica mimamos el tocar instrumentos, probando y jugando con ellas. Después, el docente propone todo tipo de actividades imaginarias –que se hacen solo con las manos–, y los alumnos juegan a adivinarlas.

En segundo lugar el docente muestra una secuencia de movimientos con las manos; seis movimientos con seis palabras o con los números del uno al seis: Manos en la cabeza/ Manos en el corazón/ Palmada/ Tapándose los ojos/ Manos extendidas/ tapándose los oídos. Los alumnos copian la secuencia, más o menos deprisa, tratando de memorizarla y combinando con otras dinámicas (con distintas emociones, en pareja, diciendo su discurso o anécdota, todos a la vez, etc.)

DURANTE LA PRESENTACIÓN

3. Anécdota de alambre, barro, piedra o algodón

Creatividad · Autoestima

Una vez trabajadas las calidades de movimiento cada alumno presenta su discurso o anécdota a sus compañeros, en pequeños grupos. Cada uno elige un elemento desde el que decir el texto: e.g. decirlo como **alambre, barro, piedra o algodón**. En los cursos más avanzados, se pueden proponer nuevas calidades de movimiento inventadas: **el agua, la magia, la electricidad**, etc. Los alumnos están ahora jugando con su cuerpo y su voz -sin la presión del público- y, a la vez, haciendo el esfuerzo de recordar sus textos.

4. Entonar el texto

Habilidades de autoafirmación · Toma de decisiones responsable

Actitudes positivas hacia la salud

En segundo lugar en esta sesión, todos los alumnos tratan de decir su texto de memoria a la audiencia. Pueden guiarse por sus textos ilustrados en la segunda sesión, *MEMORIA Y DISCURSO*. Deben tratar de entonar cómo se explica en el [vídeo 2: Entonación y Gromelot](#), con las pausas correspondientes, jugando con el énfasis, las cadencias, las anticadencias y el ritmo. También deben tener conciencia corporal y procurar tener una postura adecuada al decirlo. Al tener en cuenta tantas cosas, es probable que olviden fragmentos que ya tenían memorizados, es normal y parte del proceso. Cuando el cuerpo empieza a integrar el texto, la mente le juega malas pasadas y es ahí donde cobra importancia la dinámica de *Improvisación y agilidad mental* trabajada en la segunda sesión.



EL HILO INVISIBLE. Si los alumnos no consiguen tener el cuerpo controlado, se les recomendará que traten de colocarse con los pies firmemente colocados en el suelo, la espalda recta y los hombros relajados. Tienen que visualizar un hilo que les sujeta desde el cuello hasta el techo, que les mantiene bien erguidos, pero sin tensión.

DESPUÉS DE LA PRESENTACIÓN

5. Valoración grupal

Identificación y expresión emocional · Actitudes positivas hacia la salud

El educador y los alumnos deben hacer una pequeña valoración sobre el trabajo de la sesión durante la presentación de los discursos.

- ¿Cómo sientes tu cuerpo cuando te expresas en público?
- ¿Te has sentido tenso o relajado?
- ¿Cómo ha sido la sensación de exponerlo entero por primera vez a la audiencia?

Es importante cerrar la reflexión pensando conjuntamente en elementos y acciones de mejora para posteriores representaciones de nuestros discursos o anécdotas. Así como aplaudiendo todo aquello que ha salido bien.

6. Expresión corporal. La ducha

Habilidades de interacción · Actitudes positivas hacia la salud

Antes de comenzar, se recuerda a los alumnos de nuevo la postura corporal del [vídeo 1: Postura y proyección de voz](#). Se lleva a cabo una pequeña relajación, inspirando por la nariz y expirando por la boca unas diez veces (se puede acompañar de música relajante) y a continuación se les pide que se coloquen por parejas.

En este ejercicio, además de conectar con el compañero, se busca relajar el cuerpo después del discurso y entender la relación entre una correcta relajación y la proyección de la voz. Un alumno se coloca detrás y otro delante; el que está detrás, gesticula con sus manos como si estuviera abriendo una ducha sobre la cabeza del compañero y con las yemas de los dedos imita las gotas que le van cayendo sobre la cabeza; siguen cayendo por el cuerpo suavemente, haciendo un masaje relajante sobre hombros, espalda, brazo, piernas, etc. Posteriormente se cambian de papel y aquel que ha dado el masaje se mete ahora en la ducha. Es muy importante que los alumnos conecten con su cuerpo y el de los demás y entiendan el contacto físico con mucho respeto. Hay que hablar, si es necesario, de que el contacto de este tipo tiene el propósito de cuidar al otro.

05.

La interpretación del discurso

ANTES DE LA PRESENTACIÓN

1. Trabajo vocal. El trabalenguas

Habilidades de autoafirmación · Actitudes positivas hacia la salud

En esta sesión se usará un recurso muy habitual, necesario para entrenar la vocalización: el trabalenguas. Se pedirá a los alumnos que digan seguido un trabalenguas y, según la edad, se elegirá el grado de dificultad.

*E.g.: Debajo de un perro había un rabo, vino otro perro y le mordió el rabo//
Tres tristes tigres comen trigo en un trigal//
Pablito clavó un clavito, ¿Qué clavito clavó pablito//
El cielo está enladrillado, ¿quién los desenladrillará?*

Se practica la vocalización, exagerando mucho cada trabalenguas. Se intenta además que los alumnos trabajen con la voz cada vez más alta, sin forzarla, pero proyectando. Para ello, el docente sostiene el trabalenguas en su mano, como si las palabras tuvieran un peso, y luego lo "lanza" como lanzaría una pelota, al emitir las palabras. Los alumnos deben hacer lo mismo. Cada final de frase corresponderá a un "lanzamiento" y así serán conscientes de que la energía del habla ha de estar presente en todo momento.

2. Ejercicio de vocalización y proyección de la voz. La mosca

Actitudes positivas hacia la salud

Antes de continuar esta sesión recordaremos la postura del [vídeo 1: Postura y proyección de voz](#) y el calentamiento vocal adecuado. Después se pide a los alumnos que cierren los ojos y realicen un pequeño recorrido de visualización.

E.g.: Estamos tumbados en el campo. Es verano y la tierra está caliente. Notamos el peso de nuestro cuerpo sobre el suelo. Huele a hierba recién cortada y a limón. Escuchamos a los lejos el sonido de los pájaros y un zumbido que parece acercarse poco a poco a nuestro oído... Mmmmmmmmm Mmmmmmmmm mmm ¡es una mosca!

Abrimos los ojos y la mosca está delante de nuestra cara. ¡Se cuela en nuestra boca!... Moviendo los labios con la boca cerrada hacemos el sonido de la Mmmmmmm para calentar la voz, como si la mosca estuviera recorriendo nuestra cavidad bucal. Luego vamos dejando que salga la voz, jugando con las vocales y la letra M: mama, mumi, moooooo, muuuuuuuu, meeeeeeee, Memimomu... Al final del ejercicio puede que todos estemos hablando, de nuevo, una especie de Gromelot. Es

importante que los alumnos vayan probando a “sacar” su voz utilizando todos sus resonadores, es decir, que aprendan que la voz debe llegar lejos, proyectándola en el espacio, hablando alto pero sin gritar. Cuanto más trabajen este tipo de ejercicios sobre calentamiento vocal en todas las sesiones más conciencia tendrán de este concepto de proyección de la voz.

Se pueden encontrar otros ejemplos disponibles en los videos de calentamiento vocal y corporal del recurso *El Coro de las Emociones*.

3. El binomio fantástico

Habilidades de interacción · Creatividad

A partir de la propuesta que Gianni Rodari hace en su *Gramática de la fantasía*, se trabaja de nuevo la creatividad en esta sesión. La idea de Rodari es que la unión de dos palabras al azar pueden generar un universo literario. Será un trabajo en grupo, de improvisación teatral.

Antes de hacer los grupos, se pide a los alumnos que escriban una palabra en un folio; mezclarán aleatoriamente esos folios y el docente ofrecerá dos palabras a cada grupo. Con ellas han de inventar una historia, imaginar sus personajes y encarnarlos ellos mismos. Habrá que recordar los ejercicios de calidades de movimiento, entonación, ritmo, etc. para que traten de contar con su cuerpo, su palabra y su imaginación una historia fantástica que entretenga a los demás. De esta forma sin darse cuenta, habrán descubierto no sólo cómo contar una historia individualmente, sino también cómo hacerlo en grupo. Ahora será más fácil enfrentarse a algo que ya está escrito puesto que acaban de inventar algo nuevo por sí mismos.

DURANTE LA PRESENTACIÓN

4. La Interpretación del discurso con juegos de escenificación

Creatividad · Empatía

En esta penúltima sesión el docente pedirá a los alumnos que jueguen con el texto de su discurso o anécdota. Esto significa moverlo por el espacio, interpretarlo; en definitiva divertirse con él. Este concepto es muy importante, incluso cuando el mensaje del discurso sea serio o contundente. No se trata de *banalizarlo*: hay que transmitirles que lo que se está trabajando en estas sesiones es la **técnica para hablar en público**, no tiene que ver con el contenido del mismo.

Proponemos distintos ejercicios de interpretación, en función del nivel:

- **Somos animales.** El docente propone distintos animales a partir de los cuales se interpretará el texto. ¿Cómo imaginamos que habla o se mueve un animal determinado? ¿Cómo pronunciaría el discurso ese animal?
- **Coreografía de movimientos.** El docente propone una serie de coreografías de acciones mímicas reconocibles: cocinar un plato, lavarse los dientes y vestirse, colocar todas las piezas de un coche, etc. Los alumnos deben elegir una de ellas

y tratar de interpretar su texto mientras la realizan adecuadamente. El objetivo es, una vez más, que el cerebro trabaje en dos cosas a la vez y se ponga así a prueba la memorización y la capacidad de improvisación.

Estas dinámicas se pueden realizar en pequeño o gran grupo. Es importante que se hagan **antes** de enfrentarse a la puesta en escena del discurso o anécdota de forma individual.

5. El orador y su público

Habilidades de interacción · Autoestima

En estas últimas sesiones es importante practicar la repetición, es la clave para memorizar definitivamente el discurso e integrar los nuevos conceptos aprendidos. En esta sesión se transmitirá la importancia de la escucha y del apoyo del grupo.

A continuación los alumnos practicarán su discurso o anécdota en voz alta y los demás, deberán estar presentes, atentos, y haciendo a su compañero sentir que es importante lo que cuenta. **La escucha activa** es un concepto que presupone que no sólo estamos ahí delante como público, sino como compañeros que apoyan al que presenta su trabajo. Al finalizar cada párrafo del discurso de un compañero, el educador les pedirá que aplaudan, para dar seguridad al orador. Al tener que esperar a que termine el aplauso, aprenderán también a hacer las pausas adecuadas. La pausa es un concepto importante que se trabajará en estas últimas sesiones.



SONRISA. Cuando sonreímos, nuestro aparato resonador (los huesos del cráneo y los músculos de la cavidad bucal) se relajan y es más fácil proyectar la voz. Hay que procurar una leve sonrisa en el discurso.

DESPUÉS DE LA PRESENTACIÓN

6. Valoración grupal

Identificación y expresión emocional · Habilidades de autoafirmación

El educador y los alumnos deben hacer una pequeña valoración sobre el trabajo de la sesión durante la presentación de los discursos.

- ¿Crees que es interesante trabajar en equipo?
- ¿Cómo ha sido la sensación al decirlo de forma distinta (como un animal/haciendo un gesto cotidiano)?
- ¿Cómo te has sentido con el apoyo de los demás?

Es importante cerrar la reflexión pensando conjuntamente en elementos y acciones de mejora para posteriores representaciones de nuestros discursos o anécdotas y aplaudiendo aquellas que han salido bien.

7. La energía del círculo

Habilidades de interacción · Creatividad

El docente debe explicar que todas estas técnicas que se han trabajado vienen del mundo del teatro. En el arte dramático los actores trabajan su cuerpo, su voz y su memoria para interpretar grandes obras desde el mundo griego.

Pero la expresión dramática es un arte tan antiguo como el fuego. El educador les explicará que el círculo fue el primer espacio teatral: cuando los hombres y mujeres prehistóricos danzaban y representaban alrededor del fuego. Entonces la clase entera se convertirá en una tribu neolítica, justo antes de que el hombre se volviera sedentario, cuando se imploraba a la lluvia con los cantos o a la caza con gestos que la imitaban. Harán danzas tribales para invocar las estaciones.

Primero el docente divide a la clase en cuatro equipos, y cada uno de ellos inventa un movimiento para cada una de las estaciones: primavera, verano, otoño e invierno. Han de ser movimientos con todo el cuerpo, sencillos, pero no simples. Luego cada grupo volverá al círculo con toda la clase e irá representando en orden todos los movimientos con ritmos corporales, de modo que todos acaben aprendiendo los movimientos para cada una de las cuatro estaciones y se genere una coreografía grupal, un ritmo de grupo. Podemos usar música grabada o tocar un tambor que nos recuerde a instrumentos prehistóricos.

Nota: Es importante que para la siguiente sesión cada niño tenga una nariz de payaso, roja, de goma o gomaespuma, lo más sencilla posible. Se pueden elaborar en la misma aula y para ello tendremos que contar con los materiales necesarios.

06.

Puesta en escena del discurso

ANTES DE LA PRESENTACIÓN

1. El teatro como herramienta pedagógica

Empatía · Habilidades de interacción

Como anticipábamos en la sesión anterior, todos los ejercicios y dinámicas explicadas parten de las enseñanzas del arte dramático. Desde que a mediados del siglo XX se empezara a pensar en el teatro como herramienta pedagógica, y no sólo como expresión artística; son múltiples las escuelas y autores que han desarrollado todo tipo de métodos y programas para enseñar a través del teatro a niños y adultos (ver Bibliografía). En sí misma, la expresión dramática que acompaña al ser humano desde antes de la invención misma del teatro, es una poderosa vía para entendernos y entender a los que nos rodean.

El teatro ofrece la oportunidad de encontrarnos con nosotros mismos desde la experiencia directa; podemos, además de reflexionar intelectualmente sobre un concepto, emoción o sentimiento, acercar nuestros sentidos, cuerpo, respiración... a las preguntas que el propio hecho de vivir nos genera. Cuando un niño juega al teatro, se prueba a sí mismo y sus capacidades creativas, superando el reto que supone enfrentarse a los límites del escenario, del mundo.

Un maravilloso ejercicio teatral consiste en hablar y moverse como lo haría el otro, es decir, un compañero de clase o un personaje reconocido por todos. ¿Cómo es su voz, grave, aguda? ¿Habla más rápido o más despacio que nosotros? ¿Cómo se mueven sus manos, pies, piernas al hablar? ¿Le entra la risa? ¿Es tímido? Esta propuesta es válida con el texto del discurso o simplemente para improvisar lo que el compañero o el personaje dirían.

2. El clown

Creatividad · Autoestima

En esta sesión el docente deberá ver el [vídeo 3: Técnica de clown](#) antes de la sesión, para poder preparar adecuadamente los ejercicios sobre el *clown*. Esta técnica es compleja y lleva años dominarla, pero en esta última sesión se propondrán una serie de dinámicas basadas en el trabajo del payaso, que servirán para reforzar lo visto anteriormente y trabajar la expresividad.

DURANTE LA PRESENTACIÓN

3. El clown cuenta la historia

Autoestima · Creatividad

Este ejercicio consiste en pronunciar el discurso desde el personaje del clown. Cada uno de los alumnos, a una señal del educador, se dará la vuelta con su nariz puesta y su cuerpo y su voz transformados para el payaso. La idea es hacerlo mal. El clown se presenta –los alumnos han debido tener un momento para buscar un nombre y ciertas características de su clown– y después tratar de contar la anécdota o narrar el discurso, pero todo le sale al revés. Uno de los pilares del trabajo del clown es el valor del fracaso. El clown es un desastre y no pasa nada. Es divertido, se ríe de sí mismo, de sus errores. Después de este ejercicio es recomendable que los alumnos y el profesor hablen sobre el concepto de la autocrítica. La necesidad de valorar lo que hacemos en su medida sin juzgarnos ni tratarnos mal. El clown nos enseña a ser tiernos con nuestro trabajo, a cuidarnos y reírnos con cariño de lo que nos sale mal.

4. Puesta en escena del discurso

Creatividad · Habilidades de interacción

La puesta en escena se refiere básicamente a la ejecución del discurso o anécdota en el espacio teatral, con todo lo que ello implica. Así como en el teatro hay cantidad de aspectos a tener en cuenta (iluminación, escenografía, interpretación, música...), en el discurso podemos servirnos de las herramientas vistas anteriormente: la entonación, el ritmo, la proyección de la voz y la cualidad de nuestro cuerpo en el escenario.

Hay que transmitir a los alumnos la importancia de decidir una forma de contar la historia de forma personal, determinada por las necesidades de cada uno. Como ejercicio previo a la grabación del mismo, cada uno puede enseñar su puesta en escena final a un compañero y viceversa. De manera que pueda aportar ideas de mejora o posibles pequeños errores.



LUGARES IMAGINARIOS. *El docente puede sugerir a cada uno un lugar imaginario desde el que el alumno cuente su historia. No tienen que verse, es sólo un estímulo interno. El vínculo emocional con el lugar puede ayudar a ser más natural en la puesta en escena. (Pueden imaginar que están en un estrado y son políticos; que están en su cocina y lo cuentan a su familia, etc.)*

En el caso de los alumnos más pequeños se recomienda una puesta en escena en grupo, de manera que se repartan el texto y se sientan lo suficientemente seguros para salir al escenario. Cada alumno irá representado su historia, con la ayuda del público que también lo ha visto.

Esta sesión se grabará para visionarla más adelante, bien al final de la sesión o en otra sesión. Si se puede hacer en otra sesión, se realizará una proyección en el aula, con cierto ritual y protocolo, para que constituya un momento especial para los alumnos. Se tratará en cualquier caso de una autoevaluación en función de las mejoras que cada alumno quiera hacer en su discurso. El educador valorará el proceso de trabajo más que la propia puesta en escena.

DESPUÉS DE LA PRESENTACIÓN

5. Reflexión grupal. Debate

Habilidades de oposición asertiva

En la sesión final en lugar de preguntarnos sobre el trabajo realizado, se planteará un pequeño debate sobre alguno de los temas que hayan surgido en la creación de monólogos (sostenibilidad, uso del agua, reciclaje, etc.). En primer lugar los alumnos propondrán un tema de debate, que debe estar formulado como una pregunta, por ejemplo: *¿Crees que en el colegio se tiene suficientemente en cuenta el reciclaje? o ¿Gastamos más agua de la que necesitamos en el aula o en casa? ¿Compramos productos de km 0 o preferimos comprar verduras lejanas y fuera de temporada?*

La clase se dividirá en dos grupos, uno a favor y otro en contra del argumento planteado; por ejemplo, un grupo defenderá que el colegio tome medidas para reciclar y otro grupo que no lo hace. La pertenencia a uno u otro grupo es aleatoria. Es importante explicarles que no se trata de estar en el grupo para defender tu idea, sino para aprender a argumentar, aunque no estés de acuerdo con la idea que te haya tocado defender. Es decir, piense lo que piense el alumno se tratará de trabajar en la búsqueda de buenos argumentos a favor y en contra.

El docente planteará unas reglas mínimas de debate: escuchar las opiniones de los demás hasta el final, opinar siempre planteando un argumento y contra-argumentar desde el respeto y la escucha. Todo lo que hayan puesto en práctica en la puesta en escena del discurso deberá ponerse a prueba al defender sus argumentos en el debate.

6. Visionado de las grabaciones

Identificación y expresión emocional

Para finalizar, toda la clase verá las grabaciones de los discursos. No se trata ahora de evaluar, puesto que se ha hecho una valoración grupal en cada sesión, sino de disfrutar de la parte lúdica de la proyección.

Puede ser un buen momento para que alumnos y docente hagan una reflexión de todo el recorrido desde la primera sesión, atendiendo especialmente a cómo nos hemos sentido a lo largo del proceso.

A modo de conclusión...

Pretendemos que este sea un material flexible, maleable, modificable, inspirador para los educadores a la hora de trabajar la Oratoria y la expresión dramática en el aula. Que sea el inicio de una nueva forma de ver la **palabra hablada** en las escuelas. Afirma Gianni Rodari en su *Gramática de la Fantasía* que él cree en "todos los usos de las palabras para todos". Dice: "me parece un buen lema, tiene un bello sonido democrático. No para que todos seamos artistas, sino para que ninguno sea esclavo".

Es fundamental echar la vista atrás para ver el punto de partida y hasta dónde se ha llegado. Sólo con la perspectiva del trabajo realizado se puede valorar realmente el proceso de aprendizaje. Hay que conseguir que estas actividades y propuestas sean un recurso habitual para trabajar cualquier presentación en el aula o cualquier texto susceptible de ser puesto en escena.

Aprender a comunicarse en público, a vencer el miedo y la vergüenza, a convertir en palabras aquellos que nos emociona, y compartir con los demás nuestra voz propia es fundamental para nuestro desarrollo como seres sociales.

Si somos capaces, como docentes, de darle la importancia que merece a la palabra hablada, estaremos regalando a los alumnos una poderosa herramienta que les acompañará toda la vida.

Materiales para el docente

Vídeo 1. Postura y proyección de voz

Vídeo 2. Entonación y Gromelot

Vídeo 3. Técnica clown

Para leer y saber más

ARANDA, JOSÉ CARLOS (2015). *Cómo hablar en público*. Editorial Berenice.

BERCEBAL, FERNANDO (1995). *Drama*. Ñaque editora.

BLAKEMORA, SARAH-JAYNE y FRITH UTA (2007). *Cómo aprende el cerebro*. Editorial Ariel.

BOAL, AUGUSTO (2002). *Juegos para actores y no actores*. Alba Editorial.

CAÑAS, JOSÉ (1992). *Didáctica de la expresión dramática*. Editorial Octaedro.

EINES, JORGE y MANTOVANI, ALFREDO (1997). *Didáctica de la dramatización*. Editorial Gedisa.

GARRE, SOL y PASCUAL, IZTIAR (eds) (2009). *Cuerpos en escena*. Editorial Fundamentos.

JARA, JESÚS (2000). *El clown, un navegante de las emociones*. Edita Proexdra.

LECOQ, JACQUES (2003). *El cuerpo poético*. Alba editorial.

LAVILLA, PEPA (2006). *Juegos teatrales para niños y adolescentes*. Alba editorial.

MARCER, ÁNGELS (2004). *Cómo organizar un taller y una representación teatral*. Alba editorial.

MOLNER, ÁNGELS (2005). *Taller de voz, recursos para evitar las afecciones vocales, mejorar la expresión y vencer el miedo a hablar en público*. Alba Editorial.

MOTOS, NAVARRO, PALANCA y TEJEDO (2001). *El taller de teatro*. Ediciones Octaedro.

MCCALLION, MICHAEL (1988). *El libro de la voz*. Ediciones Urano.

ÓSIPOVNA KNÉBEL, MARÍA (2004). *La palabra en la creación actoral*. Editorial Fundamentos.

PAVIS, PATRICE (1996). *Diccionario del teatro*. Ediciones Paidós.

RODARI, GIANNI (1983). *Gramática de la fantasía*. Editorial Argos Vergara.

R. RUIBAL, EULOXIO (1997). *Vamos a hacer teatro*. Ediciones de La torre.



FUNDACIÓN
BOTÍN