

Encontrar Otra Manera

Actuar para Expresar Cómo Nos Sentimos



Artista/Autor(a): Rachel Atkins

Tiempo Necesario: 5-15 minutos

Enfoque Artístico: Teatro

Rango de Edad: 5-8

Descripción de la Pequeña Lección:

En esta lección, los alumnos explorarán una variedad de emociones al compartir diferentes formas de expresar el mismo sentimiento. Esta actividad breve y de bajo riesgo invita a los alumnos a compartir emociones fuertes en formas no lingüísticas/no verbales.

Conceptos Clave:

Sentimientos; emociones; expresión física (rostro y cuerpo); teatro; comunicación; pensamiento creativo.

Materiales Necesarios/Preparación:

- Un espacio tranquilo en el exterior o en el interior.
- Cuerpos y voces
- Espacio para mover las manos y/o pisar fuertemente

Paso a Paso:

1. Trabaje con el/los alumno(s) para generar una lista de sentimientos/emociones. Por ejemplo: emocionado, enojado, triste, asustado, confundido, sorprendido.
2. Elija una emoción y pida al/a los alumno(s) que use(n) todo su rostro y cuerpo para mostrar cómo se ven cuando tienen ese sentimiento.
3. Explique: *“Puede haber muchas formas diferentes de mostrar el mismo sentimiento. Así es como yo me veo cuando me siento de esa manera”*. Use su rostro y cuerpo para mostrar el sentimiento.
4. Pregunte: *“¿Cuál es otra forma de mostrar ese mismo sentimiento?”* Tanto usted como el/los alumno(s) pueden encontrar una manera diferente de mostrar la misma emoción. Haga esto más de una vez, si lo desea. *“Veamos cuántas maneras diferentes podemos encontrar para mostrar el mismo sentimiento”*.
5. Repite la actividad con otro sentimiento.

Variaciones y Pasos Sigüientes:

- Guíe al/a los alumno(s) para que utilice(n) un espacio o partes específicas de la cara o el cuerpo. Por ejemplo: *“¿Cómo lo demuestras con los brazos? ¿Tus piernas?”* o, *“¿Puedes mostrar eso en poco espacio o sentado? ¿Puedes mostrarlo en un espacio alto o de pie?”*
- Túrnense mostrando una palabra para que la otra persona la adivine. El adivino dice: *“¡Encuentra otra manera!”* y el actor debe encontrar una manera diferente de mostrar la palabra hasta que el adivino pueda descifrarla.
- Usted y el/los alumno(s) pueden turnarse para mostrar la palabra a su manera y reflejarse entre sí. Por ejemplo: *“Muéstrame cómo te ves cuando tienes ese sentimiento. Seré tu espejo y te mostraré cómo te ves con mi propia cara y cuerpo. Luego cambiaremos turnos”*.
- Tomen fotos o usen un espejo para notar e identificar las diferencias.
- Establezca conexiones de la vida real reflexionando: *“¿Conoces a alguien que se vea de esta manera cuando se siente enojado/asustado/triste/emocionado?”* o, *“¿Cómo se ve X cuando se siente así?”*
- Realice una lluvia de ideas de listas de personajes, animales o actividades para mostrarlos en lugar de las emociones.