



PlàuditeTeatre
Arts Escèniques de Proximitat

Benvolgudes alumnes, profes i famílies,

esperem que seguïu bé i amb els ànims alts.

Cada dia queda un dia menys per tornar a la normalitat, estem vivint un moment que recordarem sempre, serà un aprenentatge per tots i totes.

Nosaltres volem que el teatre continuï a casa.

Us deixem nous exercicis. Ja sabeu que no cal tenir un espai gran, només cal tenir ganes de jugar, esperem que us serveixin per passar estones divertides.

Envieu-nos fotos, vídeos dels vostres exercicis i nosaltres els compartirem a les xarxes del teatre.

Podeu enviar-nos els vídeos a comunicacio@plaudite.org per WeTransfer -o altre de semblant.

Les nostres **xarxes** són:

Twitter: <https://twitter.com/PlauditeTeatre>

Instagram: <https://twitter.com/PlauditeTeatre>

Facebook: <https://ca-es.facebook.com/plaudite.teatre>

Youtube: <https://www.youtube.com/channel/UCWxni7QjLLvLRHOKjUVIB7Q>

Canal de Telegram: <https://t.me/PlauditeTeatre?&text=PlauditeTeatre>

Gaudiu de la creativitat!!!

Us enviem una abraçada molt gran!!!

EXERCICIS:

Si voleu utilitzar música us recomanem Pascal Comelade i si teniu Spotify podeu utilitzar una llista que a classe de teatre utilitzem per concentrar-nos i per estar tranquil·les.

Instrumental Study – Spotify: <https://open.spotify.com/playlist/37i9dQZF1DX9slqqvKsjG8>

Per escalfar!!

Caminar amb consignes

Amb l'objectiu de mantenir l'espai equilibrat, a casa ens adaptem a l'espai que tenim.

Donem consignes per desplaçar-nos per l'espai (salt, gir, tocar a terra) i ho anem combinant amb les velocitats. És un joc per escalfar, treballar els reflexos i la disponibilitat corporal. Podem inventar les consignes que vulguem, amb les velocitats podem jugar a moure el cos i fer una mica d'exercici físic.

Números, contar entre tots

Intentem contar tots junts i sense dir cap número a la vegada. Si dues persones es solapen es torna a començar. És un joc d'escolta de grup i concentració, no cal arribar a un número en concret. Cada dia ens podem anar superant.



PlàuditeTeatre
Arts Escèniques de Proximitat

Per fer personatges i situacions!!

Quadres expressius

Ens dividim en dos grups i per torns representem; construïm un conjunt escultòric que representi una emoció. El grup que fa d'espectador ha d'intentar endevinar el que es vol representar. Podem complicar l'exercici pensant en situacions una mica més complexes. Aquí podem representar situacions, personatges o emocions.

Exercici amb objectes

mireu el vídeo: https://drive.google.com/file/d/1KrR3UKMeSRr7AG4T1Zp2PUyH_V-mKEhe/view?usp=sharing

Per improvisar i crear escenes!!

Ombres

Amb una llum, serveix qualsevol focus, i una paret llisa podem jugar a fer ombres xineses. Podem fer formes amb les mans (a internet podeu trobar moltes maneres de fer-les) o si voleu podeu retallar formes, personatges i amb l'ombra inventar una història. Per exemple, decidiu quins personatges voleu que apareguin, els retallar o feu amb les mans i us inventeu una història amb els personatges.

Els contraris

Dues persones surten a escena i han de debatre sobre un tema en concret. En el moment en que piquem de mans s'han d'intercanviar els punts de vista i han de defensar l'oposat del que defensaven fins al moment.

L'objecte

mireu el vídeo: https://drive.google.com/file/d/1KrR3UKMeSRr7AG4T1Zp2PUyH_V-mKEhe/view?usp=sharing

Esperem que passeu una bona estona fent teatre, i si us inventeu nous jocs, sempre ens ho podeu enviar.

Una abraçada molt forta!!!