

Juny 2020

Benvolguts i benvolgudes tots i totes.

aquest és l'últim correu que us enviem aquest curs amb propostes per fer a casa.

Us agraïm els missatges que hem rebut dient-nos que hem estat al vostre costat tot aquest temps a través d'aquests correus, que els heu aprofitat molt i que us han donat suport en els moments feliços i també en els difícils d'aquest mesos.

Ja sabeu el teatre i nosaltres sempre som aquí i seguirem caminant junts, ens queden moltes obres per fer i aplaudiments per rebre plegats, així que teniu tot un estiu per endavant per mantenir-vos en forma.

Podeu continuar fent tots els exercicis que us hem anat enviant, estan a la nostra pagina web i demanar-nos d'altres si els necessiteu.

I podeu continuar enviar-nos vídeos a comunicacio@plaudite.org per Drive, WeTransfer -o altre de semblant.

Ens trobem el proper curs, us estimem molt i bon estiu!!!

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 Télegram: <https://t.me/PlauditeTeatre?&text=PlauditeTeatre>

Gaudiu!!! Artistes!!!!

EXERCICIS

1. El Vaixell

Construïm un vaixell de paper (<https://www.youtube.com/watch?v=AQ5rd4NVrbY>)

Ens estirem a terra mirant cap a munt i ens posem el vaixell damunt de la nostra panxa. Ens imaginem que el vaixell navega sobre les ones del mar i puja quan entra l'aire (inspiració) i baixa quan trèiem l'aire (expiració). Tu ets l'ona i li pots dona el ritme i la velocitat que vulguis.

Exemple de so per a l'exercici: <https://www.youtube.com/watch?v=xkUyIYfmTmg>

2. L'escultura.

Aquest exercici es pot fer en parelles o individualment o així quantes persones siguem.

El primer pas és modelar el cos del nostre company com si fos una escultura.

Si el fem sols o soles podem imitar alguna escultura famosa o alguna que tinguem a casa, o inventar nosaltres una posició que sembli una escultura.

Una idea perquè sembli una escultura és que el cap mira cap a una direcció, el tors cap una altra i la part dels malucs cap a una altra, i els braços i mans en una posició que no sigui quotidiana (així treballem també la dissociació i la consciència corporal).

Quan tinguem l'escultura posem música i juguem a donar-li mobilitat, primer per parts i després com es mou i desplaça en totalitat aquesta escultura. Podem jugar també a veure com parla aquesta escultura, d'on ve, de quina època és i si en aquell moment va a algun lloc (tot això per a activar la nostra imaginació).

També podem jugar a veure com es troben dues escultures.

Exemple de cançó per a l'exercici: <https://youtu.be/zDmjMWySX7M>.

3. Angles rectes

L'acció de l'exercici és construir formes amb angles rectes amb el cos i aguantar-les.

Podem construir aquestes formes imitant o comparant-les amb els mobles de la nostra habitació o amb algun altre element de la casa (la nevera, una taula, una cadira...)

Després podem posar música i jugar a donar moviment a aquests éssers de formes rectilínies.

Una altra opció és construir aquesta forma imaginar que pot ser, si som algun tipus de moble o de màquina i quina utilitat li podríem donar dins la nostra casa o dins la nostra vida.

Exemple de cançó per a l'exercici: <https://youtu.be/je0IFe0MHjU>

4. 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



5. Qui és qui?

Farem un sorteig amb els noms de diferents familiars o coneguts o famosos, o tots barrejats: a cadascú li tocarà un nom i l'haurà d'imitar.

Els altres intenten endevinar de qui es tracta. Està bé si dediqueu una estona per preparar la imitació, recordar com camina, si te algun tic, com parla, com respira, si mira d'una forma especial...

Escriu una història, transforma-la en una obra i representa-la en 10 passos:

1. Imaginat una escena, pot ser inspirada en una imatge que hagi vist a una fotografia, a un quadre o inventada.
2. Visualitza i descriu el numero de personatges, característiques d'ells, el lloc on succeeix i de qui podem estar parlant.
3. Després escriu el relat pensant qui està explicant aquesta escena. Si és una de les persones que està dintre de l'escena, o una persona que els està mirant al costat d'ells, o una persona que els està veient des d'una finestra o un balcó, o una persona que els està escoltant des de l'habitació del costat, etc. Has de tenir molt clar qui ho explica per tenir una bona narració i que sigui coherent.
4. Quan ho tinguis escrit ja tens **La Història**, ara divideix el text en tres parts: **Inici, nus i desenllaç** i comença a escriure un petit diàleg per a cada personatge a cada part. Cada part és una escena, de tal manera que ha de tenir en total 3 escenes.
5. A cada diàleg li pots anar posant entre parèntesis anotacions (to de veu, com es mou el personatge, si hi ha música, si agafa algun objecte, si la llum és fosca o clara, etc.) I també el vestuari, l'escenografia, la música o efectes especials, tot el que pugui aportar informació per a la representació. Ja tens **l'obra!!**
6. Ara pensa una mica més en les característiques dels **personatges** i fes un càsting amb la teva família i/o amics/gues per buscar els personatges que et faltin a més de tu mateix/a (per fer el càsting li pots donar una frase de les que has escrit per a que la llegeixen o fer-les realitzar qualsevol exercici dels que us vam proposat per correu electrònic).
7. Quan tinguis els actors i les actrius escollits, dóna'ls **el text**, feu una lectura plegats/des, us ho apreneu de memòria.
8. Comenceu assajos incorporant **vestuari, atrezzo, escenografia, musica i il·luminació**.
9. Feu la representació final.
10. I **APLAUDIMENTS!!!!** Molts **APLAUDIMENTS!!**

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

Us recordem que a la nostra pàgina trobareu moltes propostes:

<https://plaudite.org/gaudiu-del-teatre/>

Una abraçada molt forta!!!