

Actividad 3: La voz se prepara

PROPÓSITO

La primera parte de esta actividad pretende que los estudiantes sean conscientes de lo importante que es prepararse vocalmente antes de actuar. También se busca que consoliden diversas técnicas de preparación que conecten la voz con el cuerpo y su interacción con otros y el espacio. En la segunda parte, se espera que apliquen escénicamente los elementos de experimentación vocal trabajados en relación con los personajes.

Objetivos de Aprendizaje

OA 1: Experimentar con los elementos y recursos del lenguaje teatral (personajes, estructura dramática, conflicto, puesta en escena, espacio, entre otros), aplicándolos en la escenificación e interpretación de propósitos expresivos personales y colectivos.

OA 7: Evaluar críticamente procesos y resultados de obras teatrales, tanto propios como de sus pares, considerando relaciones entre propósitos expresivos, aspectos estéticos, y decisiones tomadas durante el proceso.

Actitudes

- Pensar con autorreflexión y autonomía para gestionar el propio aprendizaje, identificando capacidades, fortalezas y aspectos por mejorar.

DURACIÓN

8 horas

DESARROLLO DE LA ACTIVIDAD

El docente inicia la actividad con una discusión sobre la importancia de la voz para expresar ideas; para esto:

- Plantea algunas preguntas como: ¿Qué papel juega la voz en la vida cotidiana? ¿En qué ocasiones levantamos o disminuimos la voz? ¿Qué queremos expresar? ¿Cómo cambia nuestra voz con distintas emociones? ¿Qué importancia tendrá en el teatro el uso de la voz?

Los estudiantes: Preparan su voz de manera individual para realizar el trabajo de relajación inicial; para esto:

- Se ubican en un espacio de la sala para extender y estirar su cuerpo.
- Se disponen en postura neutra para el trabajo pre-expresivo.
- Sueltan, mueven y articulan el rostro, el cuello, los hombros, el pecho, la columna, la cintura, las caderas, entre otras partes del cuerpo que intervienen en el aparato vocal.
- Flexibilizan la espalda, bajando y subiendo por columna, desde la cabeza y la cadera, o imitando los movimientos de un gato estirándose y encogiéndose, por ejemplo.

Ejercitan su respiración y apoyo vocal de manera lúdica; por ejemplo:

- Toman conciencia de que en la inhalación el abdomen se infla y en la exhalación, se hunde.
- Ejercitan la respiración, inhalando, reteniendo y exhalando en diferentes tiempos.
- Realizan juegos propuestos por el docente donde se aplique lo anterior.
- Ejercitan la inhalación profunda y botan con una letra “s” continua o cortada, en repeticiones.
- Realizan ejercicios y juegos tendientes al entrenamiento del apoyo vocal; por ejemplo: mediante la imitación de jadeos y sonidos de animales a partir de la postura de cuatro apoyos en el piso, haciendo repeticiones.

Experimentan con el sonido; para esto:

- Ejecutan ejercicios y juegos vocales, partiendo desde la inhalación y la exhalación con el sonido de la letra “m”, para experimentar la colocación y vibración del sonido.
- Efectúan ejercicios y juegos vocales para experimentar con sonidos verticales, identificando los conceptos de altura o tono, entre otros.
- Hacen ejercicios y juegos vocales para experimentar con sonidos horizontales, identificando los conceptos de intensidad o volumen, entre otros.

Identifican y experimentan los resonadores; para esto:

- Realizan juegos y experimentaciones con los resonadores vocales, principalmente de la cabeza, el pecho y el abdomen.
- Juegan y experimentan con resonadores para crear varios tipos de voz distintos a la propia.

* Para la emisión del sonido, es importante que apliquen el apoyo vocal corporal, bajando el centro si es un sonido más agudo, a fin de evitar que se dañen la garganta.

Trabajan la articulación vocal; para esto:

- Juegan y ejecutan ejercicios con el rostro, exagerando en la pronunciación de vocales y consonantes; por ejemplo: diciendo el nombre, frases o trabalenguas.
- Se reúnen en parejas o grupos y efectúan ejercicios de articulación mímica, entre otras actividades.

Luego de la preparación vocal propuesta, aplicarán lo aprendido en un trabajo breve por grupos; para esto:

- Eligen un microcuento o cuento breve.
- Identifican lugar, personajes, estructura dramática.
- Se designan roles de narrador, personajes, emisores de sonidos, etc.
- Presentan el cuento a sus compañeros, aplicando lo aprendido en la etapa de preparación.

<p>Relaciones Interdisciplinarias: <i>Historia, Geografía y Ciencias Sociales</i> Habilidades OAf</p>

Al finalizar, evalúan sus desempeños (se puede establecer una conexión con Educación Ciudadana); para eso:

- Indagan sobre sus logros y dificultades en cada una de las actividades previas, analizando las habilidades vocales desarrolladas y su posible aplicación en la disciplina teatral.
- Emiten opiniones respetuosas sobre el trabajo de sus compañeros, valorando sus aciertos y errores.
- Registran sus apreciaciones en sus bitácoras personales.

ORIENTACIONES PARA EL DOCENTE

Se puede usar los siguientes indicadores de evaluación, entre otros, para evaluar formativamente:

- Experimentan con recursos expresivos de la voz como articulación, pronunciación, volumen, intensidad, altura, tono, colocación y vibración del sonido para interpretar y comunicar propósitos expresivos.
- Identifican y experimentan con resonadores vocales.
- Incorporan en su representación e interpretación teatral, elementos vocales y sonoros.
- Evalúan el desempeño personal y de sus pares en procesos teatrales.

Se recomienda esta actividad para preparar la voz de manera más técnica, pero se puede implementar en forma lúdica según el contexto.

Se sugiere realizar esta secuencia de manera progresiva en cada clase, iniciando con ejercicios simples para pasar a los más complejos. Es importante iniciar con la relajación corporal, sobre todo en el área del cuello, mandíbula y hombros, los cuales tienden a tensarse, dificultando la expresión y el manejo vocal.

Es imprescindible corregir la ejecución de los ejercicios para evitar posibles lesiones o tensiones que puedan dañar el aparato vocal.

RECURSOS Y SITIOS WEB

Videos en plataformas como YouTube:

Entrenamiento vocal:

“20. El arte de la voz”

<https://www.curriculumnacional.cl/link/https://www.youtube.com/watch?v=BKz7BbyQasQ&t=342s>

** “Odin Teatret - Vocal Training Screener”

<https://www.curriculumnacional.cl/link/https://www.youtube.com/watch?v=kvdepoSpjJQ>

Espectáculo: ““the living room” - workcenter of Jerzy grotowski and Thomas Richards”:

<https://www.curriculumnacional.cl/link/https://www.youtube.com/watch?v=abvov7z5W6c&t=98s>

Documentos:

La voz/Grotowski:

<https://www.curriculumnacional.cl/link/https://arteescenicass.wordpress.com/2010/03/14/entrenamiento-de-la-voz-segun-grotowski-i/>

La voz/Duvauchelle: <https://www.curriculumnacional.cl/link/http://www.artescena.cl/wp-content/uploads/2017/12/teatro-la-voz-practicada.pdf>