



MÉS ENLLÀ DE LES PARAULES

formació artística per a docents
al Teatre Nacional de Catalunya
A CÀRREC D'ANA YANINI I MARIA FERRER

5 de maig '23

CONTEXT

la idea d'aquest curs és plantejar què passa amb aquell **ALUMNAT** que té **DIFÍCULTATS de COMUNICACIÓ**, no només idiomàtiques sinó tant fisiològiques com psicològiques, o de motxilla emocional.

Us proposem explorar com les **ARTS ESCÈNIQUES** poden ajudar a **desbloquejar** aquesta necessitat de comunicació.



INDEX

HO TROBAREU A
LES PÀGINES

BLOC 1: EXPRESSIÓ VOCAL

ANA YANINI • DESPERTAR EL COS • DESPERTAR LA
LLENGUA • MIRA DA PERIFÈRICA • CREACIÓ ESPAI SONOR • FONACIÓ

BLOC 2: EXPRESSIÓ CORPORAL

MARIA FERRER • ESCALFAMENT • EL PESCADOR PESCAT •
JAM CIRCLE • L'INTÈRPRET

BLOC 1

ANA YANINI

de la part de **veu**
m'interessa parlar de
dues parts:

TÈCNICA EXPRESSIÓ

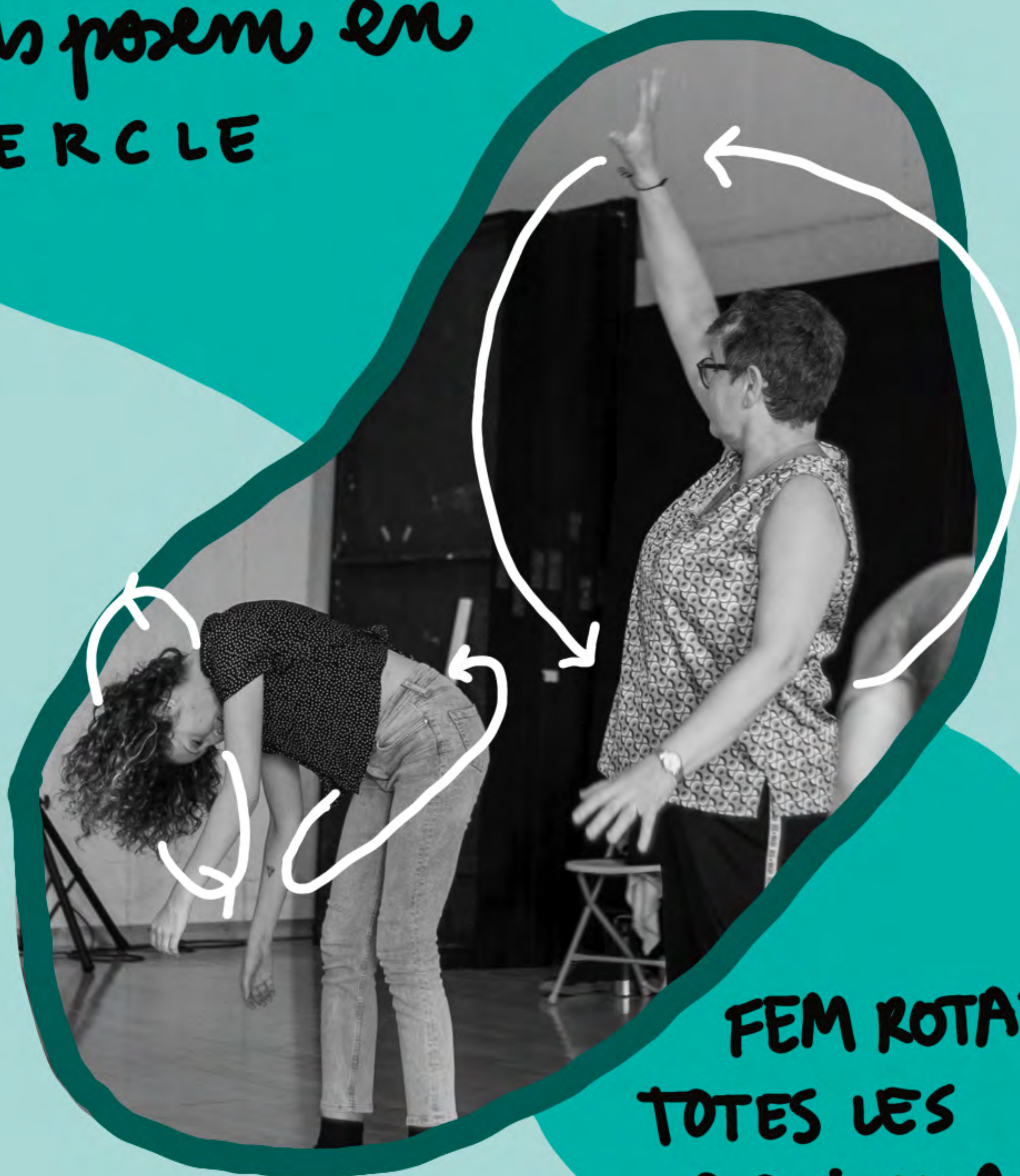
→ ens serveix
per tenir més
recursos i
matinos per
i evitar lesions



BLOC 1

DESPERTAR EL COS

ens posem en
CERCLE



posem
música



FEM ROTAR
TOTES LES
ARTICULACIONS,
cadascú al seu ritme

BLOC 1

DESPERTAR LA LENGUA

Fem vibrar el
LLAVI :



intenteu
no bloquejar
la mandíbula



i ara el mateix
amb la

RRRRRRRRRR
GNNNNNNNN



PROVEU DE
PORTAR LA N
darrere i no fer
tensió amb
la llengua



BLOC1

MIRADA PERIFÈRICA

CAMINEM PER L'ESPAI

- ① INTENTEM **NO CAMINAR EN CERCLES**
- ② i ACTIVEM LA **MIRADA PERIFÈRICA**
- ③ ACONSEGUIM CAMINAR A UN **RITME COMÚ**
- ④ A AQUESTA VELOCITAT LI DIREM 5
- ⑤ ARA RITME 3... 10! i TORNEM A 5.
- ⑥ ARA CANVIEM DE RITME **AUTOREGULANT-NOS**,
TROBANT UN NÚMERO
COMÚ, SENSE DIR-HO

MOLTA
ES

COLTIA

BLOC 1

CREACIÓ ESPAI SONOR

UNA RESPIRACIÓ
PROFUNDA, INHALEM
PEL NAS, TRAÍEM PER
LA BOCA



TANQUEU ELS VLLS,
PASSARÉ ENTRE VOSALTRES
I TOLARÉ UNA ESPATULA.
AQUESTA PERSONA
PROPOSARÀ UN SO
MANTINGUT.



ELS SONS ES
VAN SOLAPANT
I ELS MANTENIM





UNA NOVA INDICACIÓ!
podem ajustar el **to** del
nostre so perquè
s'ajusti al so grupal.

QUIN TÍTOL LI POSARÍEU
A AQUESTA CANÇÓ?

ara us proposo fer-ho al
revés: jo proposo un títol
i vosaltres feu la creació

EL TO!
no el volum!

NATURA
MACABRA!

podem afegir sons
i anar modulant



•••••



iiiiii



uuuu



AAA
AAA
AAA

VACANCES A ALASKA

DIUMENGE A MITJANIT

DILLUNS A LES 9H DEL MATÍ

BLOC 1

FONACIÓ

VOCALITZACIÓ



amb el teclat
fem



intentem no fer: Mi-i-i-i
sinó: miiiiii



INTENTEM NO PUJAR EL CAP PER FER LES NOTES
MÉS AGUDES. NO FEM UN SOMOLT GRAN, PETIT ÉSMÉS
CONTROLABLE



ARA AMB LA O:



PENSEM EN
ENVIAR
EL SO A
D'AVANT I
A TERRA

i així
NO AIXECAREM
EL COLL!



VOSALTRES
ESCAUFEU ABANS
DE FER CLASSE?

HAHAHA

QUÈ FA MAL A LES
CORDES VOCALS?

EL SO BREU!

INTENTEU PROJECTAR UN PUNT MÉS
AGUT, SENSE FORÇAR NI IMPOSTAR.
PUJAR EL TO, NO EL VOLUM.

és menys
esforç i se
sent millor

quan **menjem**
 les cordes vocals, les
 falses cordes vocals i la
 glotis fan un tap per-
 què no vagi menjar
 als pulmons.



MENJAR

● CORDES VOCALS

quan fem la **fonació**,
 les cordes vocals vibren
 i l'aire passa a través
 originant
 un so



FONACIÓ

● FALSES CORDES VOCALS

● AIRE

quan **respirem**,
 les cordes vocals s'obren,
 les falses cordes vocals
 s'enretiren i la glotis
 s'obre.



RESPIRAR

● GLOTIS

BLOC 2

MARIA FERRER



BLOC 2 ESCALFAMENT

ENS POSEM EN CERCLE - DINAMITZADOR AL CENTRE



ENS DEIXEM ANAR I MOBILITZEM ARTICULACIONS



CLICA AQUÍ
I TROBA LA
LISTA DE
REPRODUCCIÓ

CAMINEM i QUAN
ENSTROBEM ALGÚ
CANVIEM DE
DIRECCIÓ



investiguem
diferents maneres
de caminar.



ara tornem a
caminar

NEUTRES

ara la
nostra
ciutat (espai
que ocupa el
grup) es fa
petita.



i cami-
nem
RÀPID,
ocupant
els bruits



compte enrere CAMINANT a màxima
VELOCITAT! i parem fent petits balanços
i ens ESTIREM A TERRA i sentim el pes del COS.



BLOC 2

EL PESCADOR PESCA T

- GRUPS DE 4-6
- IMPROVISACIÓ COL·LECTIVA A PARTIR DE LES INDIVIDUALITATS
- NINGÚ GUIA I TOTS GUÏEN
- ENS IMITEM ELS UNS ALS ALTRES A PARTIR DE LA MIRADA PERIFÈRICA.



ESCOLTA,
PROPOSA,
PENSA
EN EL
GRUP



BLOC 2

JAM CIRCLE

MÚSICA!

una JAM CIRCLE és una pràctica comunitària i cultural on tothom comparteix des de qui és i on està.

- NO DEMANEM PERMÍS PER ENTRAR.
- ENTREM D'UN EN UN, DE DOS EN DOS O COM SORGEIXI
- SORTIM AL MIG DEL CERCLE I ENS EXPRESSEM AMB EL COS
- ENS INSPIREM ELS UNS ALS ALTRES I EN REAPROPIEM DELS MOVIMENTS DELS ALTRES
- LES PERSONES DEL CERCLE ESTAN ACTIVES

BLOC 2

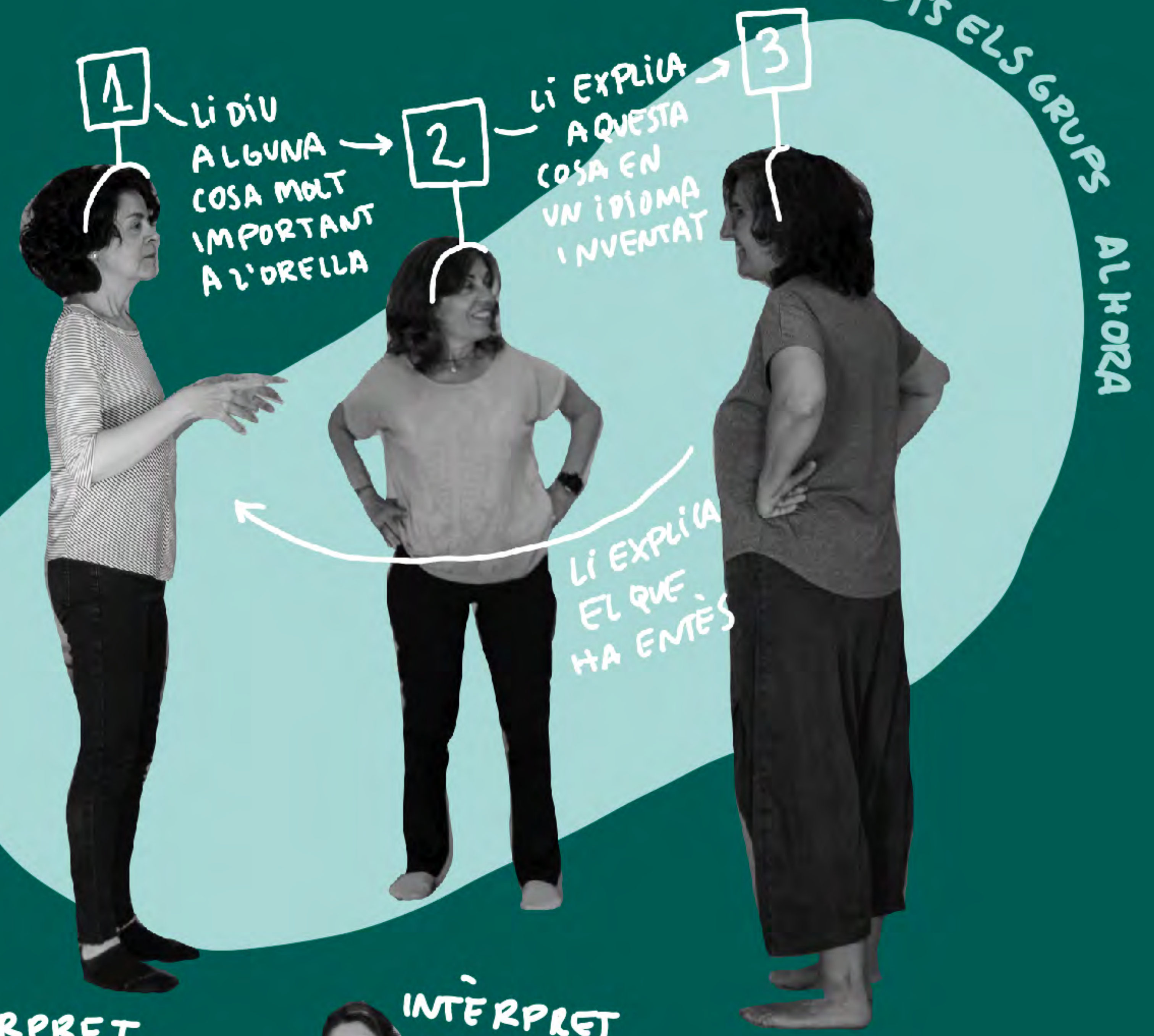
L'INTERPRET



FEU GRUPS de 3
i numereu-vos
amb un 1-2-3
dins de cada
grup

ÉS UNA DINÀMICA
D'IMPROVISACIÓ,
QUE TÉ DUES PARTS

PART 1



CONFERENCIANT
EN UNA LLENGUA INVENTADA

INTÈRPRET

INTÈRPRET
LLENGUA
SIGNES

UN GRUP HO FA I AQUESTA MILEN

PART 2

1
• DIU UNA
FRASE EN
IDIOMA
INVENTAT

2
• LA
"TRAQUEIX"
I L'INTÈRPRET
DE SIGNES
TAMBÉ HO
FA SIMULTÀNIAMENT

REPETIR
DIVERSES VEGADES
EL PAS 1 I 2 FINS
A TROBAR UN
FINAL



scamacho@tnc-lat ←

contacte TNC - SERVEI EDUCATIU

UNA RELATORIA DE CLÀUDIA BARBERÀ