

HOJA DE ACTIVIDADES – Mi nombre es...

Objetivos	<ul style="list-style-type: none"> - Hacer que los/as participantes comiencen a sentirse seguros/as y cómodos/as en el escenario y frente al público. - Aumentar la confianza en su capacidad de actuación. - Potenciar todas las diferentes emociones que se pueden utilizar en su desempeño.
Duración	45 minutos
Participantes	15-20 personas
Materiales	<ul style="list-style-type: none"> - Una sala cómoda para trabajar, donde no se le moleste ni moleste a otras salas contiguas. - Material para crear una zona escénica distinta a la zona pública. Para hacer esto puedes usar lo que encuentres en la habitación. También es importante definir un "área detrás de escena" en ambas alas del escenario. Puedes, por ejemplo, utilizar sillas para que la zona de público sea reconocible, y para el escenario puedes utilizar mesas, bolsas y cualquier otro material que se te ocurra.
Paso a Paso	<ul style="list-style-type: none"> - Un/a participante comienza de pie en el área detrás de escena. Él/ella subirá al escenario, se detendrá en el medio, se enfrentará a la audiencia y dirá "Mi nombre es ...". Tiene que permanecer allí durante 5 segundos frente al público sin decir nada más, luego abandona el escenario por la otra ala, regresando al área detrás de escena nuevamente. - En la primera parte de este ejercicio, todos/as los/as participantes experimentarán el pasaje en el escenario con un tono neutro, sin emoción. Esto significa: no sonreír, los brazos al lado del cuerpo y los pies firmemente en el suelo. - Para la segunda parte, cada participante hará varias apariciones más, utilizando la misma instrucción, pero esta vez con una emoción como: enfado, alegría, susto o tristeza. Deben concentrarse en su estilo de caminar, hablar y mirar al público con una emoción determinada. - El ejercicio termina cuando todos han hecho acto de presencia.
Evaluación	<p>Indicadores para evaluar el ejercicio:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Si los participantes logran superar su timidez. - Si algunos de los signos de malestar, como risas, mirar al suelo o hablar con voz débil, empiezan a desaparecer. - Si ha cambiado la forma de jugar de los/as participantes y personificar a sus personajes.

Sugerencias
y consejos

- Animar a los/as participantes.
- Destacar lo que lograron superar en relación con su malestar y timidez, y asegurarles que pueden triunfar.
- Animar a los/as participante a que se sientan libre para volver a jugar, pero también para que se sientan libre para sentarse.

