

OBRADOIRO DE TEATRO CON CHÉVERE “A POSTA EN ESCENA DA NOSA AUTOESTIMA”

Taller de teatro para xogar e aprender a actuar como somos.

O teatro, fóra da súa dimensión cultural e artística, ten unha utilidade social. É un medio extraordinario para transmitir con eficacia mensaxes que calan na sociedade, porque ocorre diante de nós, aquí e agora, é un espazo e un acontecemento compartido. Ademais, o teatro é unha demostración de empatía. Actuar é un exercicio de tolerancia levado ao extremo: poñerse na pel de outra persoa, entendela, sentila. Isto pódese facer tamén con un mesmo, o teatro permite que nos vexamos a nós mesmas desde fóra, que nos comprendamos, que nos aceptemos como somos.

Neste obradoiro propoñemos un achegamento ao teatro e á actuación a través da experiencia do grupo Chévere nos escenarios. Guiadas e acompañados polas actrices do grupo Chévere, compartiremos unha serie de prácticas teatrais que nos axudarán a crear situacións e personaxes desde o corpo e a personalidade propias de cada persoa. O obxectivo é compartir inquiredanzas, problemas e sentimentos nun espazo de participación que nos permita superar inseguridades e limitacións individuais. Cada unha das persoas participantes collerá o que lle sexa máis útil, pero todas quedaremos co valor da experiencia compartida e a emoción de ter ido un pouco máis aló do noso “eu” cotián.

Obxectivos do obradoiro

- Realizar unha práctica teatral lúdica sen a presión da exhibición pública
- Motivar a propiocepción a nivel físico e emocional
- Fomentar a observación e análise do noso entorno e como nos afecta
- Fomentar a tolerancia, a aceptación do diferente
- Mellorar a autoestima individual e colectiva

Contidos

- Achegamento aos conceptos básicos do traballo escénico e teatral de Chévere (improvisación, ensaio, actuación...)
- Traballo de quecemento actoral (atención, reflexos, observación, imitación...)
- Traballo de improvisación colectiva
- Traballo de improvisación individual
- Os estereotipos e personaxes. A caracterización.

