

## **EXERCICIS DE VEU**

### Tennis. Emissió de veu

Els alumnes se situen per parelles, l'un davant de l'altre a força distància (5 metres)

A llença la pilota al mateix temps que emet un so (Pa-pe-pi-po-pu)

B, quan rep la pilota, la hi retorna tot emetent el mateix so.

Si el so no és prou clar o no arriba, el jugador l'haurà de repetir (haurà de tornar a sacar)

OBJECTIU: Impostació de veu.

### El xiclet

Al mig de la sala hi ha un munt de xiclets. Tots els alumnes n'agafen un i es col·loquen en un espai de la sala preparats per seguir les instruccions.

El desemboliqueu i comenceu a mastegar-lo.

Porteu el xiclet per tots els racons de la boca.

Formeu globus i feu-los petar.

Els globus són cada vegada més grans.

Us saludeu de dos en dos mastegant xiclet exageradament.

De sobte, la mida del xiclet augmenta i us obliga a obrir molt més la boca. Però el xiclet segueix creixent, desborda totalment la boca, adquireix vida i amb els seus tentacles s'aferra viscosament a la vostra gola que emet sons i crits apagats d'auxili.

Finalment surt una enorme bombolla que, en sortir de la boca, explota i se us enganxa per tota la cara. Aleshores la massa enganxifosa us ofega i lentament us asfixieu fins caure morts a terra amb terribles convulsions.

OBJECTIU. Treballar l'articulació bucal i l'expressió general.

### Sons onomatopeics

Cada alumne tria l'activitat concreta que haurà d'imitar amb la utilització d'objectes imaginaris. Haurà de fer cada acció amb sons onomatopeics (si un alumne fa accions sense sons, haurà de tornar a començar).

Se'ls pot donar un exemple.

<b>ACTIVITAT</b>	<b>ACCIONS</b>	<b>ONOMATOPEIES</b>
Aixecar-se al matí per anar a l'institut	Separar-se el llençol del cos	fru-fru-fru
	Incorporar-se del llit	nyic-nyic
	Badallar	aaaaa
	Saltar del llit a terra	top
	Obrir la porta del dormitori	nyiiii
	Tancar la porta del bany	platx
	Obrir l'aixeta de l'aigua	xxxxxxxx
	Ensabonar-se les mans	krash, krash
<b>MÉS ACTIVITATS</b>	<b>ACCIONS CORRESPONENTS</b>	<b>+ ONOMATOPEIES</b>
Fer una truita (ou, forquilla, paella, oli, sal...)		
Ordenar l'armari (calaixos, roba, penjadors, portes...)		
Esmorzar (pa, ganivet, llet...)		
Escriure a màquina (tecles, rodet, paper...)		
...		

OBJECTIU: Imitació, invenció a través del so.

### La televisió

Tres persones discuteixen: un vol estudiar, l'altre mirar la tele i l'altre conversar.

OBJECTIU: Improvisació.

### Veü

Crear una distància imaginària (una muralla, un laberint, separats per un riu, un és al balcó, l'altre al carrer, un veu la TV al menjador i l'altre és a la cuina). Dos alumnes amb aquesta barrera han d'establir un petit diàleg d'expressions (eh?, em sents?, hola, com estàs...)

OBJECTIU: Intensitat i volum de la veu.

## Jocs amb la veu

Asseguts en rotllana, cada alumne tria una vocal i han de dir aquesta vocal amb mes o menys volum, seguint les indicacions del professor que aixecarà o abaixarà les mans per aconseguir un *fortissimo* o un *pianissimo*.

El mateix exercici, però cada alumne ha de construir una frase i repetir-la

Després diran la mateixa frase amb entonacions diferents:

- tossint
- amb veu d'ultratomba
- com si fossin nens petits
- espantats
- tristos
- esbufegant
- amb declaració d'amor
- molt ràpid
- xiuxiuejant
- disgustats
- exaltats
- afònics
- tartamudejant

OBJECTIU: Control de l'expressió i la intensitat de la veu.

## Perfil amb la veu

Els alumnes es posen en dues fileres, l'un davant de l'altre. Els d'una fila es van movent lliurement de diferents maneres (són els models) i quan els de davant comencin a perfilar-los (fent un so "u") hauran de quedar-se immòbils amb la postura congelada fins que ell acabi de resseguir-los amb la veu. El so és un llapis que ressegueix el company.

Quan acabin de resseguir-los amb la veu, canviaran de papers.

OBJECTIU: Projecció del so en el company.

## Receptor-emissor

Fase A

S'adjudica a cada alumne el paper d'emissor o de receptor. Els emissors s'ajunten de dos en dos per tal de pensar, cada un, una

oració composta ni molt llarga ni molt curta i entre tots dos assajaran de dir-les alhora i procuraran que tinguin una durada semblant.

Tots els alumnes s'asseuran a terra en cercle.

Dos emissors diran la seva frase a l'uníson i el receptor es concentrarà per tal d'entendre-les repetir-les després. Si no les ha enteses, els emissors les hauran de repetir 2 vegades. En la 1a vegada el receptor es fixarà en un emissor i en la 2a vegada en l'altre emissor. Es cuidarà que els emissors i el receptor seguin a certa distància entre si.

OBJECTIU: Concentració, discriminació auditiva, veu i sincronització.

#### Fase B

Cinc alumnes emetran al mateix temps una oració simple. Un receptor intentarà entendre'n almenys una. Tindrà tres oportunitats per aconseguir-ho. Hi ha d'haver una distància de 3 o 4 metres entre emissors i receptors.

La resta d'alumnes es col·locarà en semicercle darrere el receptor. El canvi es farà amb un moviment cap a l'esquerra.

OBJECTIU: Percepció auditiva, articulació i impostació de veu.

#### Intensitat vocal

Es tracta de trencar la relació habitual entre determinades situacions i la intensitat vocal corresponent, per exemple:

- una declaració amorosa a crits
- cantar un cançó de bressol a crits
- demanar ajut xiuxiuejant
- advertir d'un foc murmurant

A continuació fer una ronda on ells han d'improvisar el mateix exercici.

#### El so de les màquines

##### FASE A

Es fan grups petits i a cadascun se li assigna una màquina. Han de buscar el so característic i posteriorment variacions, com per exemple: la màquina s'espalla, va molt de pressa, es torna boja, sona còmicament, tràgicament...

- batedora

- màquina de cosir
- màquina d'afaitar
- olla de pressió
- màquina d'escriure
- metralladora
- eixugaparabrises
- ventilador
- assecador del cabell

#### FASE B

Reproduir corporalment la màquina, tant el moviment com el so i desplegament.

#### FASE C

En grup han d'inventar-se una màquina.

OBJECTIU: Imitar i crear sons.

#### Embarbussaments sentimentals

Material: embarbussaments + targetes amb estats d'ànim.

En grups de 4. Cada alumne agafa una targeta d'embarbussaments + una targeta estat d'ànim. Ha de dir el seu embarbussament amb l'emoció que li ha tocat: els altres hauran d'endevinar de quina emoció es tracta.

#### Llegir els llavis

Material: targetes amb paraules. Un alumne es posa davant de la classe i articula la paraula a càmera lenta sense pronunciar cap so. Els altres imiten els moviments de la boca i intenten així trobar la paraula que aquesta articulant.

#### Frases musicals en moviment

Tots els alumnes de peu, a la perifèria d'un quadrat que representa l'espai escènic. Es tria una frase, per exemple: "Jo no vull que s'acabin les vacances".

Consignes:

a) Cal entrar a l'espai escènic dient la frase.

- b) El to de la veu serà diferent de l'habitual.
- c) No es pot entrar a la vegada que un altre alumne.
- d) El primer que entri pronunciarà amb més intensitat la primera paraula de la frase, el segon la segona i així successivament.
- e) Mentre s'estigui dins de l'escena cal anar movent-se i repetir la frase.
- f) La idea és fer música amb la frase i que l'efecte grupal sigui d'una simfonia (i no de cacofonia)

### Sons afins

Els alumnes es dispersen per l'aula i tanquen els ulls. El professor dóna les consignes:

- a) Els alumnes a qui toqui l'espatlla han de pensar en una paraula amb el so /m/
- b) Els alumnes a qui toqui la mà han de pensar en una paraula amb el so /z/
- c) Els alumnes a qui toqui el cap, /j/
- d) Els alumnes a qui toqui el braç, /r/

Quan el professor els dóna un copet, els alumnes han de circular per l'aula amb els ulls tancats dient la paraula que han pensat.

Quan troben un alumne que diu una paraula amb el mateix so, s'agafen del braç i segueixen circulant junts a la recerca d'altres alumnes de la seva mateixa família de sons.

Quan el professor torna a picar de mans, els alumnes obren els ulls i comproven si les seves paraules pertanyen al grup correcte.

### Poemes

#### **El aburrimiento (Rafael Alberti)**

Me aburro.  
 Me aburro.  
 Me aburro.  
 ¡Como en Roma me aburro!  
 Más que nunca me aburro.  
 Estoy muy aburrido.  
 ¡Qué aburrido estoy!  
 Quiero decir de todas las maneras  
 lo aburrido que estoy.  
 Todos ven en mi cara mi gran aburrimiento.

Innegable, señor.  
Es indisimulable.  
¿Está usted aburrido?  
Me parece que está usted aburrido.  
Dígame, ¿adónde va tan aburrido?  
¿Que usted va a las iglesias con ese aburrimiento?  
No es posible, señor; que vaya a las iglesias  
con ese aburrimiento.  
¿Que a los museos -dice- siendo tan aburrido?  
¿Quién no siente en mi andar lo aburrido que estoy?  
¡Qué aire de aburrimiento!  
A la legua se ve su gran aburrimiento.  
Mi gran aburrimiento.  
Lo aburrido que estoy.  
Y sin embargo... ¡Oooh!  
He pisado una caca... Acabo de pisar -¡Santo Dios!- una caca...  
Dicen que trae suerte el pisar una caca...  
Que trae mucha suerte el pisar una caca...  
¿Suerte, señores, suerte?  
¿La suerte... la... la suerte?  
Estoy pegado al suelo.  
No puedo caminar.  
Ahora sí que ya nunca volveré a caminar.  
Me aburro, ay, me aburro.  
Más que nunca me aburro. Muero de aburrimiento.  
No hablo más...  
Me morí.

### **Lletra a Dolors (Miquel Martí i Pol)**

Em costa imaginar-te absent per sempre.  
Tants de records de tu se m'acumulen  
que ni deixen espai a la tristesa  
i et visc intensament sense tenir-te.  
No vull parlar-te amb veu melangiosa,  
la teva mort no em crema les entranyes,  
ni m'angoixa, ni em lleva el goig de viure;  
em dol saber que no podrem partir-nos  
mai més el pa, ni fer-nos companyia;  
però d'aquest dolor en trec la força  
per escriure aquests mots i recordar-te.

Més tenaçment que mai, m'esforço a créixer  
sabent que tu creixes amb mi: projectes,  
il·lusions, desigs, prenen volada  
per tu i amb tu, per molt distants que et siguin,  
i amb tu i per tu somnio d'acomplir-los.  
Te'm fas present en les petites coses  
i és en elles que et penso i que t'evoco,  
segur com mai que l'única esperança  
de sobreviure és estimar amb prou força  
per convertir tot el que fem en vida  
i acréixer l'esperança i la bellesa.  
Tu ja no hi ets i floriran les roses,  
maduraran els blats i el vent tal volta  
desvetllarà secretes melodies;  
tu ja no hi ets i el temps ara em transcorre  
entre el record de tu, que m'acompanyes,  
i aquell esforç, que prou que coneixes,  
de persistir quan res no ens és propici.  
Des d'aquests mots molt tendrament et penso  
mentre la tarda suaument declina.  
Tots els colors proclamen vida nova  
i jo la visc, i en tu se'm representa  
sorprenentment vibrant i harmoniosa.  
No tornaràs mai més, però perdures  
en les coses i en mi de tal manera  
que em costa imaginar-se absent per sempre.

### **Aplec (Joan Vinyoli)**

He vist anar i he vist tornar, de lluny,  
aplects de gent -estendards i cridòria-  
pels flancs de la muntanya.  
Berenaven, bevien, ballaven excitats.  
Més tard els homes han cobert les noies  
esbojarrades, d'anques d'euga,  
mentre el cel es feia roig.  
Tu, noi sorrut, no estiguis furgant sempre  
la closca del cervell, no miris  
rajoles amb ocells ni vidres decorats,  
no masteguis el pa de la paraula.  
Uneix-te a tots. Inventa't l'alegria.