

TALLER PRÀCTIC DE LECTURA EN VEU ALTA (LVA)

1. Aspectes a tenir en compte per a una bona LVA.

- Posició del cos (zona pectoral i base del coll relaxades, cames mig obertes).
- Ús de la veu (projectar).
- Ritme (treball de la puntuació; és un dels apartats més personals de la lectura, donarem un ritme o altre, adequat segons el text i el missatge que es vol donar).
- Entonació (melòdica de la frase).
- Vocalització/dicció/pronúncia
- Interpretació (no dramatització, sinó com ho expliquem).

2. Exercicis d'escalfament (cos).

- Estiraments com aquells que fem quan ens acabem de llevar.
- Fer molts badalls, que són molt importants perquè faciliten l'obertura del coll i la sortida lliure de l'aire, a la vegada que proporcionen una bona relaxació.
- Fer ganyotes per desentumir i relaxar els músculs de la cara.
- Espolsar braços i cames amb força per aconseguir una bona relaxació del tronc i les extremitats.

3. Exercicis d'escalfament (boca/veu i respiració).

3.1. Boca

- Passar la llengua per les dents (com si les volguéssim netejar/com si tinguéssim un caramel enganxat al paladar)
- Mastegar un xiclet que cada vegada es fa més gros.
- Omplir la boca d'aire i passar-lo d'una banda a l'altra.
- Fer petites mossegades a la llengua i llavis, per despertar-los.
- Estirar la llengua al màxim i amagar-la (repetir l'exercici diverses vegades).
- Fer un gran somriure (repetir).
- Posar la boca com si anéssim a fer un petó (repetir).

TALLER PRÀCTIC DE LECTURA EN VEU ALTA (LVA)

3.2. Veu i respiració (exercicis per al control i enfortiment del diafragma).

- Ampolla de gas que es buida completament: agafarem aire omplint completament els pulmons i el deixarem anar mentre emetem el so *ksssssssss* o *xsssssss* fins que no ens quedi aire.
- Lluita d'espases: agafarem aire omplint bé els pulmons i el deixarem anar fent el so *ks, ks, ks, ks, ks* o *xs, xs, xs, xs*, fent petites pauses i fins que no ens quedi més aire.
- El riure pirata: agafarem aire (respiració diafragmàtica, és a dir, part baixa dels pulmons) i emetrem el so *HA HA HA HA HA*, com si estiguéssim rient, tirant la panxa cap endins cada vegada que fem el so *HA* (és el mateix so de les paraules angleses *house* o *horse*).
- El riure del Pare Noël: és com l'exercici anterior, però emetent el típic riure del Pare Noël *HOU, HOU, HOU, HOU, HOU*.
- *KS, KAH, FUH*: emetre diverses vegades seguides aquests tres sons, tirant la panxa cap endins amb cadascun d'ells.
- *HA, HE, HI, HO, HU*: com l'exercici anterior però repetint aquests sons.
- Anar de la nota més greu a la més aguda emetent els sons *R/S* (sonora) / *BUBBLES* (llavis).

4. Exercicis de vocalització.

- Repetir síl·labes parant atenció a allò que fem amb la boca (llengua, llavis, dents) per a pronunciar-les: *BLA-BLE-BLI-BLO-BLU* (*TRA, FLA, PRA, PLA, DRA, GLA, FRA, GRA, CLA*, etc).
- El joc de despertar les paraules (per parelles o petit grup): anar dient paraules en veu alta que no tinguin relació les unes amb les altres, exagerant-ne la vocalització.
- Llegir un text amb un llapis a la boca, fent l'esforç de que s'entengui.

TALLER PRÀCTIC DE LECTURA EN VEU ALTA (LVA)

5. Projecció de la veu.

Fa referència a llançar o dirigir la veu cap endavant. S'ha d'intentar "fer créixer" la veu per a què, sense cridar, aquesta arribi a tots aquells que ens escolten en funció de la distància i l'espai.

Exercici:

- Per parelles: un davant de l'altre, primer a prop, un diu una frase a l'altra i ambdós fan un pas enrere. A mesura que es van allunyant, s'ha d'anar projectant la veu.

6. Exercicis de puntuació.

- Subratllar amb diferents colors els signes de puntuació que apareixen en un text.
- Per parelles (en veu alta): un llegeix i l'altre va dient, en veu alta, els signes de puntuació que van apareixent.

7. Exercicis d'interpretació i domini del text.

- Llegir el text amb diferents ritmes (molt lent, molt ràpid).
- Llegir el text posant més èmfasi als verbs, noms, adjectius...
- Llegir el text amb diverses intencions (fent safareig, com la retransmissió d'un partit de futbol, com un robot, cantant...).

8. Preparació d'un text per a llegir-lo en veu alta.

1. Llegir el text en silenci.
2. Subratllar les paraules que no s'entenen i buscar-ne el significat.
3. Saber què diu el text (comprensió lectora).
4. Fixar-se en la puntuació.
5. Vocalitzar (exercici del llapis).
6. Llegir en veu alta (posició del cos i projecció de la veu).
7. Subratllar les paraules que resulten complicades de pronunciar i repetir-les varies vegades.
8. PRACTICAR

TALLER PRÀCTIC DE LECTURA EN VEU ALTA (LVA)

BIBLIOGRAFIA

- BUSTOS SÁNCHEZ, Inés. *La voz. La técnica y la expresión*. Barcelona: Paidotribo, 2003.
- GARCÍA, Lúdia. *Tu voz, tu sonido*. Madrid: Diaz de Santos, 2003.
- GELB, Michael. *El cuerpo recobrado. Introducción a la técnica Alexander*. Barcelona: Urano, 1987.
- PESCETTI, Luís María. *Juegos de lectura en voz alta*. Buenos Aires: Novedades educativas, 1999.
- TULON ARFELIS, Carme. *Cantar y hablar*. Barcelona: Paidotribo, 2005.