UNA HERRAMIENTA EDUCATIVA PARA LA INCLUSIÓN SOCIAL A TRAVÉS DEL ARTE Y LA CREATIVIDAD

TEATRO DE SOMBRAS

© Asociación Auryn

ASOCIACIÓN AURYN

EDUCACIÓN Y PARTICIPACIÓN

Asociación Auryn

C/Campos Góticos, 3. Bajo.
24005 – León. España.

@asociacionauryn

info@asociacionauryn.org

www.asociacionauryn.org

Ilustraciones: Camikamikace

@camikamikace

camikamikace@gmail.com

Cofinanciado por la Unión Europea

ÍNDICE

1. Historia y origen del Teatro de Sombras.

2. A quién va dirigido este manual y con qué fin.

3. El Manifiesto del Teatro de Sombras.

4. Habilidades que se adquieren a través del Teatro de Sombras.

5. Expresión corporal y mímica.

6. Elementos técnicos, materiales y herramientas para realizar el Teatro de Sombras.

7. Ejercicios prácticos, paso a paso.

8. Ejemplos de representaciones de Teatro de Sombras.

1. Historia y origen del Teatro de Sombras.

El Teatro de Sombras, también conocido como marioneta de sombras, es una forma ancestral de cuentacuentos que usa las sombras creadas por marionetas, siluetas, objetos y/o cuerpos para representar diversos personajes y objetos, y contar historias.

Los antropólogos presuponen el origen de las representaciones con sombras en las cuevas prehistóricas, iluminadas por hogueras y antorchas. Y es que las sombras que danzaban en la pared debían tener para nuestros antepasados ese componente mágico que aún conservan en la actualidad. Un arte milenario, declarado por la UNESCO Patrimonio Inmaterial de la Humanidad. Los estudiosos hablan del Mito de la Caverna, de Platón, como una reminiscencia de ese pasado 'cinematográfico' que ha quedado registrado en la historia.

El origen del Teatro de Sombras como tal se remonta a la antigua China, donde se cree que fue inventado, hace más de 2000 años. Esta forma de arte se expandió a otras partes del continente asiático, incluyendo: India, Indonesia y Malasia; donde desarrollaron su estilo y técnicas propias.

En Europa, el Teatro de Sombras ganó popularidad en los siglos XVIII y XIX, con los espectáculos de títeres y marionetas franceses e ingleses que se dirigían tanto a público infantil como adulto. En el siglo XX, el Teatro de Sombras continuó evolucionando y expandiéndose a otras partes del mundo, gracias a los artistas contemporáneos que experimentaron con nuevos materiales y técnicas como la proyección digital y la impresión en 3D. A día de hoy, el teatro de sombras permanece como una forma de arte dinámico y popular, con seguidores y profesionales que se dedican a ello a lo ancho y largo de todo el mundo.

En Turquía:

El Teatro de Sombras, también conocido como *Karagöz*, en turco, es una antigua forma de arte que ha formado parte de la cultura turca desde hace siglos. El origen del *Karagöz* se puede remontar al Imperio Otomano, donde se cree que fue introducido por artistas viajeros de Egipto y Persia. El nombre *Karagöz* significa "ojo negó" en turco y se refiere al principal actor del espectáculo de sombras, que solía llevar una máscara negra con un gran ojo muy expresivo.

El *Karagöz* se representa usando la sombra de marionetas hechas de pieles de camello o vaca, pintadas con colores vivos e iluminadas desde atrás por una fuente lumínica. Los titiriteros, llamados *Karagözcu*, manejan las marionetas usando finos palos, y creando la ilusión de movimiento y expresión de los personajes. Las historias suelen estar protagonizadas por Karagöz y su amigo Hacivat, a quienes se suele representar discutiendo y haciendo travesuras. El espectáculo también suele tener otros personajes, como mercaderes, soldados y animales. Fue en el siglo XVI que el *Karagöz* se hizo muy popular en toda Turquía, ya que proporcionaba una forma accesible de entretenimiento; tratando temas sociales e incluso políticos. Las historias a menudo incluían representaciones satíricas de los gobernantes otomanos y otras figuras destacadas de la sociedad otomana, así como comentarios sobre temas como la corrupción y la desigualdad. Los espectáculos se representaban en espacios públicos, como mercados y cafés, y los disfrutaban personas de toda condición.

Sin embargo, la popularidad del *Karagöz* descendió en el siglo XX debido al ascenso del cine y la televisión. En las décadas de 1950 y 1960, hubo un breve resurgimiento del interés por el *Karagöz*, gracias en parte a los esfuerzos del reconocido titiritero

Muhsin Bey. Mushin Bey modernizó esta forma de arte, introduciendo nuevos materiales y técnicas, como el uso del papel celofán para crear sombras más vibrantes. También adaptó las historias para reflejar temas de actualidad, como el efecto de la urbanización y la modernización de la sociedad turca.

En los últimos años está habiendo un renovado interés por el *Karagöz*, con un trabajo artístico y educativo por preservar y revivir este importante patrimonio cultural. Así nos encontramos con museos dedicados al *Karagöz*, en Estambul y en Bursa, y este arte sigue representándose en festivales y actos culturales por toda Turquía. El *Karagöz* sigue siendo una parte muy querida de la cultura turca, reflejo de la rica historia y tradiciones del país.

En España:

Para hablar de los primeros vestigios del Teatro de Sombras en España nos tenemos que remontar al siglo XVII cuando esta forma de arte fue introducida en el país desde el lejano oriente, donde había sido muy popular durante siglos. Algo que caracteriza al Teatro de Sombras de este siglo en España, es que fue muy inspirado por el estilo barroco, con decorados y vestuarios muy elaborados y un enfoque centrado en temas religiosos e históricos.

Pero, no es hasta el siglo XIX cuando está técnica comienza a cobrar cierta popularidad en los círculos teatrales del país. En estos años esta técnica teatral se introdujo en España influenciada por corrientes artísticas y teatrales de Francia e Italia.

En 1893 Pere Romeu i Borràs (1862–1908), promotor y animador cultural,

titiritero, pintor amateur y empresario español muy ligado al modernismo, colaboró con los artistas Miquel Utrillo y Steinlen en espectáculos de sombras chinescas en el Theatre des Ombres Parisiennes, espectáculo que en 1894 intentaron realizar en Nueva York y Chicago, sin tener éxito. Pere Romeu i Borràs junto a otros relevantes artistas de la época como Ramón Casas entre otros, pusieron en marcha el célebre Els Quatre Gats de Barcelona. Els Quatre Gats ("los cuatro gatos") fue una cervecería, café teatro y espacio cultural bohemio de encuentro de artistas e intelectuales españoles inaugurado en Barcelona en 1897. Este espacio fue uno de los primeros que acogió espectáculos de sombras chinescas con cierta popularidad. Pere Romeu y Miquel Utrillo actuaron varias veces en Els Quatre Gats con espectáculos de sombras chinescas. A la hora de hablar de este espacio, también hay que destacar a Ramón Casas (1966–1932), un pintor y diseñador gráfico que creó una serie de sombras chinescas para el teatro Els Quatre Gats dibujadas por él mismo y recortadas y construidas por su amigo, el médico Josep Meifrèn. Estas sombras chinescas presentan una tipología caricaturesca y representan uno de los vestigios más valiosos del Teatro de Sombras en España.

Avanzando en la historia, en la década de los años 20 del siglo XX encontramos el "Teatro de los niños" de Gregorio Martínez Sierra y María Lejárraga, con representaciones que hacían un guiño al Teatro de Sombras.

En la última mitad del siglo XX, el Teatro de Sombras experimentó un interés y una experimentación renovada. Los artistas exploraron nuevas técnicas y materiales, como el uso de proyectores y tecnología digital para crear sombras elaboradas y dinámicas. El Teatro de Sombras también se convirtió en una forma de reflexión social, crítica política y herramienta educativa y reivindicativa. Los titiriteros y artísticas del Teatro de Sombras utilizan sus espectáculos para sensibilizar, educar y para denunciar injusticias sociales. En la actualidad son pocas las compañías de teatro profesional especializadas en esta antigua técnica. Algunas de las compañías con mayor creación y experimentación en esta técnica es España son: ASombras: www.asombras.com; CIA Merce Framis: www.ciamercefamis.com; Luz, micro y punto: www.luzmicroypunto.com o A la sombrita: www.alasombrita.com.

En Italia:

El Teatro de Sombras es conocido como *Teatro di Figure Ombra* en Italia. Esta forma de arte fue introducida por primera vez en Italia por la *Commedia dell'arte* en el siglo XVI. La *Commedia dell´arte* fue una forma popular de teatro que se basó en gran medida en el uso de máscaras y la comedia física, lo cual proporcionaba un escenario ideal para el uso de marionetas de sombras.

En los siglos XVIII y XIX, el Teatro de Sombras ganó popularidad en Italia, como forma de entretenimiento por derecho propio. Los titiriteros italianos desarrollaron sus propios estilos y técnicas, utilizando materiales como pergamino, seda y papel para crear marionetas complejas y detalladas. Las historias presentaban típicamente cuentos clásicos y leyendas italianas, así como comentarios satíricos sobre asuntos contemporáneos.

En el siglo XX, el Teatro de Sombras siguió prosperando en Italia. Los artistas exploraron nuevas técnicas y materiales, tales como el uso del proyector y tecnologías digitales para crear sombras más elaboradas y dinámicas. El Teatro de Sombras también se convirtió en una forma de comentar la política y la vida social, con titiriteros que usaban sus espectáculos para criticar las políticas del gobierno y las injusticias sociales.

En Francia:

El Teatro de Sombras o *Théâtre d'Ombres* en francés, tiene una larga historia en este país, remontándose al siglo XVIII. Esta forma artística fue introducida en Francia por la influencia de los titiriteros italianos que viajaban a París para hacer sus representaciones. Inicialmente, el teatro de sombras se representaba en recintos feriales y ferias, y se consideraba una forma de entretenimiento popular.

En el siglo XIX, el Teatro de Sombras francés comenzó a evolucionar y a desarrollar su propio estilo. El famoso titiritero francés Louis Lemercier de Neuville desempeñó un papel decisivo en el desarrollo de este, usándolo para crear una nueva forma de teatro que combinaba marionetas de sombras con actores en vivo. Este estilo, conocido como *théâtre d'ombres animées* (teatro de sombras animadas), se hizo muy popular en Francia e influyó en otras tradiciones titiriteras de Europa.

En el siglo XX, el Teatro de Sombras francés siguió evolucionando y expandiéndose. Se exploraron nuevas técnicas y materiales, incluyendo el uso de proyectores de cine, para crear imágenes en movimiento entre las sombras. Los titiriteros franceses también comenzaron a incorporar temas contemporáneos y comentarios sociales en sus espectáculos, explorando cuestiones como la guerra, la política y el ecologismo. Hoy en día, el Teatro de Sombras francés, sigue siendo una parte dinámica e importante del patrimonio cultural del país, y los profesionales continúan ampliando los límites de esta forma de arte al tiempo que preservan sus raíces tradicionales.

2. ¿A quién va dirigido este manual y con qué fin?
¿Para qué y para quién es este manual?

Este *Manual de teatro de sombras* –**una herramienta educativa para la inclusión social a través del arte y la creatividad**– pretende ser una herramienta educativa muy útil para personas que trabajen en el ámbito de la juventud y en el uso del teatro como herramienta educativa y de inclusión social.

Este manual contiene claves teóricas y prácticas que facilitarán el uso y puesta en práctica de la herramienta del Teatro de Sombras desde la ***Creación Colectiva Teatral***. La Creación Colectiva Teatral es un método innovador de producción artística basado en el desarrollo de las capacidades creativas de todos los participantes que se encuentran inmersos en el proceso creativo. Es un método grupal innovador que resalta las relaciones e interacciones a un nivel horizontal de cooperación. Está basado en la participación activa de cada participante y en el desarrollo colectivo como grupo. Consideramos que la Creación Colectiva Teatral es una herramienta metodológica innovadora y motivadora que facilita la participación activa e inclusiva de los y las participantes, dado que

compromete a las personas desde el principio a trabajar habilidades clave en igualdad que facilitan el desarrollo integral de la persona. Además, la Creación Colectiva Teatral se caracteriza por ser inclusiva, dinámica y accesible.

Cuando nos disponemos a crear un espectáculo de Teatro de Sombras, todo el que participa en el proceso creativo tiene la posibilidad de hacerlo en las diferentes tareas de creación del espectáculo. Aunque cada miembro tiene unas responsabilidades específicas (algunas veces asumidas de forma natural y otras distribuidas por consenso), cada participante tendrá la oportunidad de conocer las diferentes técnicas y las posibilidades artísticas y creativas que ofrece el Teatro de Sombras. El facilitador que acompaña el proceso creativo del espectáculo, muestra y lleva a los participantes hacia las diferentes posibilidades y técnicas que se pueden utilizar en el Teatro de Sombras. Desde este punto de partida se inicia el proceso creativo colectivo que puede culminar en la preparación de un espectáculo que pueda ser representado en público. Este Manual aborda algunas de las técnicas y materiales vinculados al Teatro de Sombras y que pueden ser utilizados en la Creación Colectiva Teatral.

Con este Manual, será posible promover la participación inclusiva y el desarrollo de habilidades a través de la creatividad y el arte, con el objetivo de darle voz a las personas participantes, promoviendo su participación activa y su empoderamiento, usando para ello la Creación Colectiva Teatral como una herramienta educativa en el ámbito del Teatro de Sombras. El poder transformador del arte no se encuentra en la técnica usada, sino que está en el acto creativo de construir colectivamente una obra donde todos los procesos necesarios para obtener un resultado final, se llevan a cabo de una forma participativa, experimental y creativa.

A su vez, el uso del Teatro de Sombras y de la Creación Colectiva Teatral para abordar temas sociales relacionados con diferentes situaciones y problemas sociales actuales, ayuda a promover la sensibilidad social y el compromiso cívico. En las creaciones colectivas se genera una comprensión de los momentos históricos representados y de las situaciones sociales representadas. Los y las participantes, a partir de la representación y experimentación con el Teatro de Sombras, consiguen comprender la realidad y asumir un compromiso social responsable. El Teatro de Sombras como técnica didáctica se basa en la exploración, el juego, el pensamiento crítico, la realización creativa y la estética de

la puesta en escena. Este, ofrece también la posibilidad a los participantes de interpretar el mundo y hacer diferentes lecturas de distintas realidades sociales, a través de la escenificación. En este sentido, las organizaciones y personas que han creado este Manual han llevado a cabo diferentes procesos creativos colectivos de Teatro de Sombras con infancia y juventud vinculados a la educación en Derechos Humanos, el Aprendizaje Intercultural, la Igualdad de Género y la promoción del Desarrollo Sostenible.

La práctica del teatro debe estar implantada dentro de una pedagogía de la creatividad. La creatividad se aprende, trabaja y practica. La técnica del Teatro de Sombras ayuda a estimular la creatividad. Está técnica teatral permite la expresión de necesidades tanto cognitivas como físicas y emocionales. También ayuda a experimentar y poner a prueba la creatividad, lo que permite imaginar nuevas y originales alternativas que ayuden a la formación integral de la persona. Se ha demostrado que la imaginación es mucho más decisiva en el pensamiento creativo de una persona que la propia inteligencia en sí misma.

Es por todas estas razones que el Teatro de Sombras desde la creación colectiva es un elemento dinamizador del aprendizaje con una metodología que permite crear, investigar, comparar, pensar críticamente y construir conocimientos.

Por último, debemos hablar de la transferibilidad de este Manual. Creemos que este material educativo, puede ser usado tanto en el ámbito de la educación formal como no formal, siendo una herramienta educativa vinculada al aprendizaje a lo largo de la vida. La técnica del Teatro de Sombras tiene tanto potencial educativo y ofrece tantas posibilidades de aprendizaje que pueden ser usado con personas de cualquier edad. En este sentido, consideramos que este Manual es por lo tanto aplicable y adaptable a múltiples contextos y ámbitos educativos.

3. El Manifiesto del Teatro de Sombras

Manifiesto por el Teatro de Sombras: una herramienta educativa como ninguna.

1. Autoconfianza.

El Teatro de Sombras separa a los actores del público por una sábana o tela. Esta sábana o tela ejerce como elemento protector del actor o actriz y permite que los y las participantes ganen autoconfianza liberándose de sentirse observados por el público.

2. Comunicación.

El Teatro de Sombras es, sobre todo, un estimulador de la comunicación no verbal. Valorando la sombra corporal e invitando a que esta exprese algo. Esto ayuda a superar barreras que pueda suponer la comunicación verbal. Como por ejemplo las barreras idiomáticas.

3. Posicionamiento.

Saber cómo colocarse para hacerse grande o pequeño, para convertirse en otro, para imitar o crear una ilusión; el espacio del juego tiene límites, entre la sábana y el proyector de luz. En este espacio, todo se convierte en un juego de colocación.

4. Colaboración.

Trabajar juntos, escuchar a los demás, crear y encontrar un ritmo compartido, construir juntos. Hay que tener en cuenta que no puede haber un Teatro de Sombras si no hay al menos dos personas colaborando.

5. Luminoso.

Es en los diferentes gradientes de la luz donde el Teatro de Sombras toma forma. La sombra necesita la oscuridad para ser vista, tanto como necesita la luz para exponerse.

6. Experimentación.

El Teatro de Sombras es una técnica basada en la experimentación. A través de diferentes ejercicios y juegos; probamos, cometemos errores, planificamos, hacemos, deformamos, creamos formas. Probar es aprender.

7. Educativo.

Los múltiples elementos que intervienen en la práctica del Teatro de Sombras son una oportunidad para adquirir: lenguaje corporal, lenguaje verbal, lenguaje de la imagen, relación con el lenguaje escrito, con la diversidad, con la búsqueda de un lenguaje común. Esta práctica contiene en sí misma una pedagogía activa de la comunicación.

8. Compromiso.

El Teatro de Sombras permite el compromiso: para la libertad de expresión, para representar el mundo, para emanciparse, para denunciar la injusticia.

9. Cooperación.

La práctica del Teatro de Sombras es la acción de participar en un trabajo común.

10. Creatividad.

El Teatro de Sombras, gracias a sus restricciones (técnicas, espaciales, visuales...) estimula la creatividad. Ser creativo significa encontrar soluciones a problemas, asociar objetos que no tienen nada que ver el uno con el otro.

4. Habilidades adquiridas a través del Teatro de Sombras.

Hay múltiples habilidades que el Teatro de Sombras desarrolla, desde las comunicativas hasta el uso del propio cuerpo de un modo diferente al del teatro tradicional.

En el Teatro de Sombras es muy importante la claridad de lo que se narra y la cohesión y complementariedad entre los actores y actrices para que una historia sea comprensible para el público.

Actuando detrás de una sábana, el actor y/o la actriz aprende a usar el lenguaje corporal de una forma personal y creativa, para así comunicar y expresar sus emociones.

Descubren así una nueva forma de usar su cuerpo, ralentizando o amplificando movimientos y gestos; al no ser posible el uso de las expresiones faciales, se vuelve importante encontrar nuevas formas de transmitir al público todas esas emociones que transmite el rostro.

¿Cómo se puede expresar: tristeza, alegría, enfado... con la propia sombra corporal si las expresiones faciales no son visibles en la sombra? Esta y otras cuestiones son un buen punto de partida para un trabajo que considera el cuerpo y las emociones como protagonistas del proceso de aprendizaje dentro del contexto.

Descubrir y familiarizarse con la propia sombra, comprendiendo cómo y cuándo ampliarla y reducirla, es equivalente a conocer una nueva parte del cuerpo y de uno mismo.

El Teatro de Sombras también desarrolla toda una serie de habilidades artísticas muy útiles para la producción de textos visuales, imágenes con múltiples técnicas, incluyendo las audiovisuales y multimedia.

Actuando detrás de una sábana no significa usar únicamente la propia sombra. Hay muchas otras formas de enriquecer una representación de Teatro de Sombras. A lo largo de los distintos espectáculos realizados, se ha ido mejorando cada vez más todo lo que rodea a las sombras. Empezamos poniendo objetos hechos principalmente de papel o de cartón sobre la sábana que sirvieron para crear pequeñas escenografías, por ejemplo: la luna y las estrellas para recrear la noche. Sin embargo, esta solución escenográfica, se veía limitada a pequeños objetos y no era fácil de utilizar, ya que resultaba difícil

cambiar los objetos durante las escenas si se quería cambiar el decorado.

Más tarde pasamos a usar un proyector de transparencias (retroproyector). Gracias a esta herramienta fue posible diseñar decorados enteros (el interior de una casa, un paisaje, etc.) y esto enriqueció enormemente las escenas y mejoró mucho la narración.

También se usaron con el proyector digital “efectos especiales” creados a través de programas gráficos para dar más dinamismo a la escena (por ejemplo hacer que el agua fluyera de una ducha o las manijas de un reloj moviéndose).

Todos estos ejemplos dejan claro cuánto es estimulada la creatividad en el proceso de creación colectiva del Teatro de Sombras.

5. Expresión corporal y mímica.

Cuando se desarrolla el Teatro de Sombras, la expresión corporal y la mímica son esenciales. La técnica del Teatro de Sombras favorece el desarrollo y la mejora de la expresión corporal, facilitando la comprensión de nuestro propio cuerpo de una forma armoniosa y natural.

La importancia de la expresión corporal radica en la necesidad de enseñar cómo expresarse con el cuerpo, ya que es una herramienta donde entran en juego diferentes áreas que intervienen en el desarrollo de las personas: social, cognitiva, afectiva... Aunque a priori parezca que usamos más la comunicación verbal, la verdad es que la comunicación que transmitimos a través del lenguaje no verbal tiene un gran peso en la balanza. Cuando nos comunicamos, la información que transmitimos no solo se emite a través de las palabras. Gestos, posturas, el movimiento de nuestras manos... también tienen un gran poder comunicador, y es que nuestra expresión corporal transmite mucho acerca de nosotros; puede reflejar la personalidad, los sentimientos, las actitudes y los estados de ánimo de una persona.

La expresión corporal es la forma más antigua de comunicación entre humanos. A través de ella expresamos nuestros sentimientos, emociones y pensamientos, lo que permite al cuerpo ser nuestro principal contacto con el ambiente y con los demás. Desde que somos pequeños aprendemos a usar el lenguaje verbal, pero no se le da demasiada importancia al lenguaje corporal, a pesar de que lo usamos constantemente a lo largo de nuestra vida. Es por esto que es esencial animar al desarrollo del lenguaje corporal desde una temprana edad. Una buena forma de hacerlo es a través de la mímica y se puede decir que la mímica es el lenguaje de los gestos por excelencia. La mímica es una antigua técnica que ya practicaban los griegos y los romanos y que aún se sigue practicando hoy en día.

La mímica es especialmente importante en el campo del teatro, pero lo es también en sí misma, como una forma de expresión artística. Requiere de una técnica muy depurada. Los gestos deben ser claros, exagerados y muy precisos. En el Teatro de Sombras, la mímica adquiere una gran importancia cuando se trata de transmitir el mensaje que se quiere trabajar a través de esta técnica. El control y dominio del cuerpo es esencial

para realizar el Teatro de Sombras, ya que el cuerpo crea imágenes que se suceden y se mantienen durante un cierto tiempo.

El Teatro de Sombras ofrece la posibilidad de trabajar nuestro lenguaje corporal. La expresión corporal junto con el Teatro de Sombras favorece el desarrollo de la imaginación, la improvisación, la espontaneidad y la creatividad. A través del trabajo de la expresión corporal con el Teatro de Sombras, se desarrollan: conocimientos, habilidades, y experiencias en torno al cuerpo y la expresividad. Por lo tanto, la expresión corporal, dentro de una obra de Teatro de Sombras, es el instrumento que utiliza el cuerpo y el movimiento para realizar la construcción, física, emocional, creativa y social de personajes y escenas.

En esta escena podemos decir que los elementos expresivos del cuerpo y el movimiento son:

- La intensidad de los movimientos: Es la cantidad de energía empleada en las relaciones con el mundo y los demás. Este es el factor principal para mostrar la carga expresiva. Por ello, la energía utilizada definirá si los movimientos son bruscos/fuertes o suaves/débiles.

- La forma en que se ocupa el espacio: es decir, el lugar donde se realizan los movimientos y la ocupación del mismo. Determinar la composición del espacio es importante, es decir, si es estático o es dinámico.
- El modo de usar y estructurar el tiempo: la organización del tiempo es definida por la noción de rapidez del movimiento, su duración, su continuidad y reversibilidad y la noción de intervalo. Se distingue entre: movimientos largos, lentos y continuos o movimientos impulsivos, cortos y rápidos.

Por tanto, para expresar, comunicar y crear a través del lenguaje corporal, hay que ser conscientes del cuerpo, el espacio y el tiempo

Por todo ello, el Teatro de Sombras tiene múltiples beneficios. Nos permite mejorar la expresión corporal, perder la vergüenza y ganar confianza, al mismo tiempo que nos permite interaccionar con otras personas, preparar colectivamente un espectáculo, aprender a trabajar en equipo, trabajar la personalidad, comprender las emociones, respetar, ayudar a otros, etc... Además, estimula la creatividad y la imaginación y permite aprender valores tan importantes como la tolerancia o el respeto.

Gracias al Teatro de Sombras conseguimos mejorar nuestra expresión corporal y nuestra mímica, lo que nos ayuda a relacionarnos mejor y expresarnos mejor con nuestro cuerpo.

6. Elementos técnicos, materiales y algunas herramientas para realizar Teatro de Sombras.

1. Proyector de transparencias

El retroproyector es una herramienta fundamental para este tipo de teatro, sin él, ninguna luz proyecta sombras sobre la sábana, y hacer que la obra cobre vida.

¿Cómo funciona y que se necesita?

Solo necesitamos una gran sábana blanca, papel sencillo, de colores, transparencias, tijeras y rotuladores. Ahora, piensa qué quieres hacer un árbol; solo tienes que dibujarlos sobre un trozo de papel, cortarlo y colocarlo frente a la luz del retroproyector y ¡listo!.

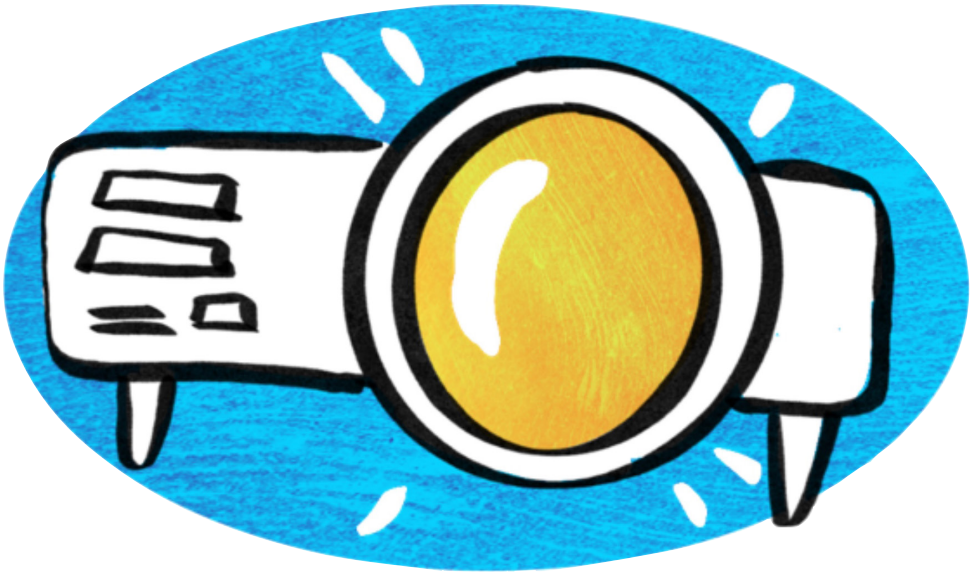
Ten cuidado con las proporciones, a menudo el objeto que has elaborado puede hacerse muy grande o muy pequeño cuando se proyecta sobre la sábana. Sólo tienes que volver a intentarlo hasta que el objeto tenga el tamaño adecuado. Si quieres proyectar un objeto de color, necesitarás transparencias y rotuladores permanentes o papel transparente de colores, (celofán). En caso de que sigas queriendo realizar un árbol, dibújalo en la transparencia, coloréalo, recórtalo y luego proyéctalo. Tendrás la sombra del árbol en color.

También puede crear con las transparencias efectos especiales atmosféricos. Con una transparencia azúl sobre la luz del retroproyector puedes simular la noche, y con una roja puedes simular el amanecer o el atardecer. Si quieres crear una escenografía más grande, por ejemplo unas montañas o una ciudad, o incluso el interior de una habitación, puedes dibujarlo todo en una transparencia y proyectarlo.

2. Proyector digital

Se puede usar también un videoproyector con un ordenador o incluso simplemente el videoproyector como fuente de luz. Con esta herramienta, puedes proyectar fotografías, videos, dibujos previamente escaneados o incluso hacer una escenografía completa usando imágenes realizadas digitalmente.

Proyector de transparencias o retroproyector

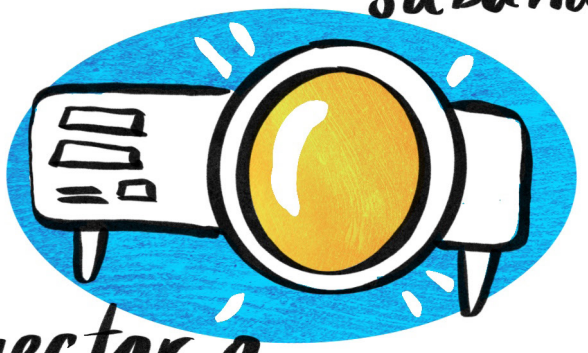


Proyector digital o videoproyector

MATERIALES ÚTILES

Sábana Blanca
de 2m x 3m

Cuerda o
palo de madera
para mantener la
sábana recta



proyector o
videoproyector

Ordenador

Materiales
de papel

Lámpara
de mesa

Mucha
imaginación
y Creatividad

Materiales útiles

Como se ha dicho anteriormente, esta forma de teatro, no requiere de grandes escenas y por ello no requiere de grandes materiales.

Aquí hay una lista de materiales básicos que puedes necesitar para iniciarte en el Teatro de Sombras:

- Una gran sábana blanca de al menos 2m x 3m (si quieres algo mayor puedes buscar una sábana más grande y/o coser dos sábanas juntas).

- Una cuerda o un palo de madera para mantener la sábana recta o una estructura *photocall* en donde colocar la sábana.

- Un retroproyector y un videoproyector.

- Un ordenador.

- Materiales de papel y cartón.

- Papel acetato y rotuladores permanentes.

- Una lámpara de mesa y linternas.

- Música para enriquecer tus representaciones.

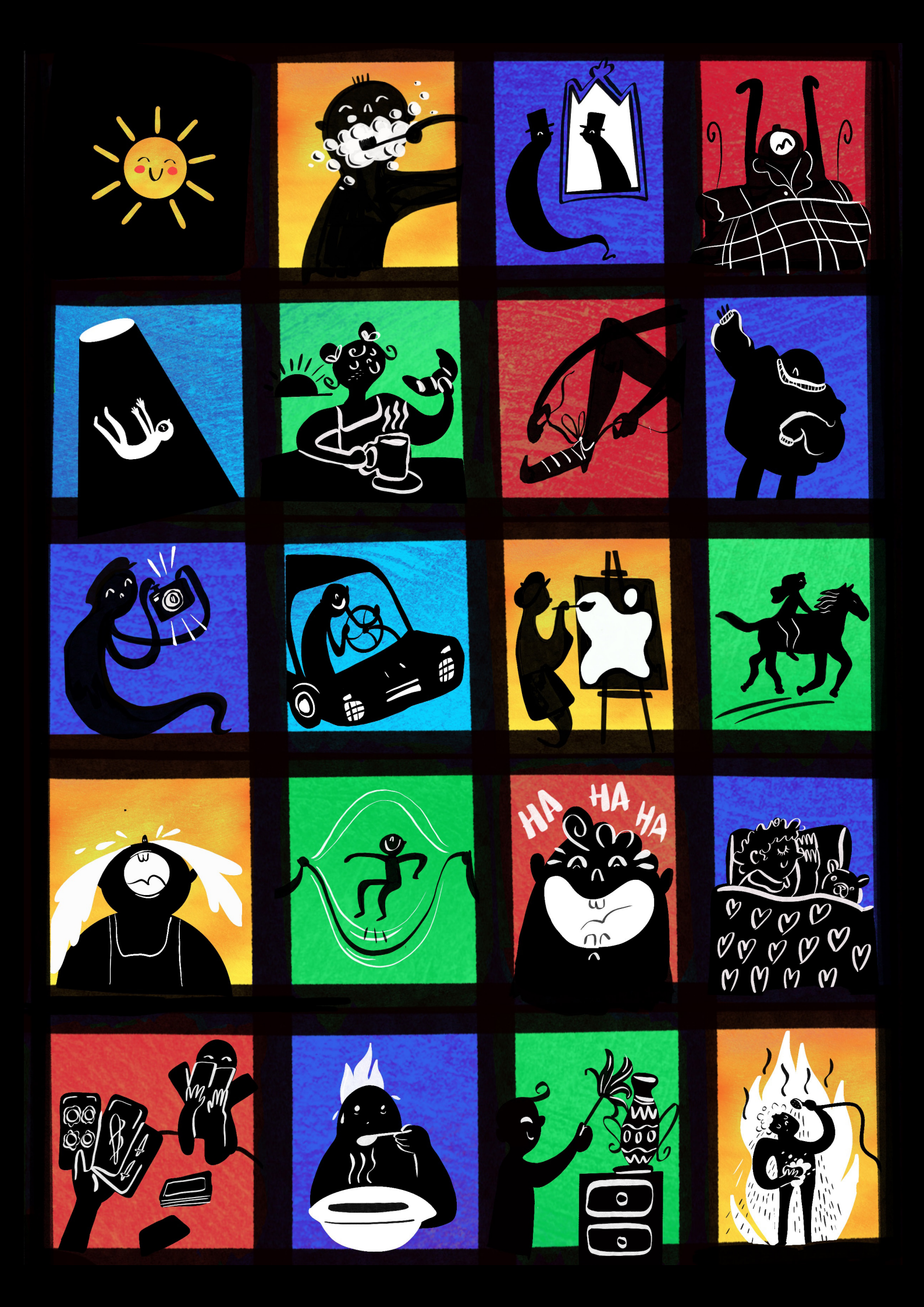
- Mucha imaginación y creatividad.

7. Ejercicios prácticos, paso a paso.

Imitando algunas acciones 1

Esta actividad consiste en imitar algunas acciones habituales desde detrás de la sábana blanca de modo que las personas que estén al otro lado tengan que adivinar qué está haciendo el actor o actriz. A continuación, encontrarás una tabla con algunas acciones habituales que puedes imitar. Si trabajas con un pequeño grupo, puedes repetir el ejercicio un par de veces. Evidentemente, puedes escribir muchas otras acciones. Recorta las distintas acciones y reparte una a cada participante.

- Cepillarse los dientes.
- Mirarse en el espejo.
- Despertarse.
- Caerse.
- Desayunar.
- Atarse los cordones.
- Vestirse.
- Tomar una foto.
- Conducir.
- Pintar.
- Montar a caballo.
- Llorar.
- Saltar a la comba.
- Reírse.
- Dormir.
- Jugar a las cartas.
- Comer un plato muy caliente.
- Limpiar el polvo.
- Darse una ducha con agua muy caliente.


HA HA HA

Imitando algunas acciones 2

- Abrir la puerta.
- Darse una ducha de agua fría.
- Limpiar las gafas.
- Enjabonarse el pelo.
- Cocinar.
- Hablar por teléfono.
- Hacer surf.
- Ir en autobús.
- Encender.
- Cortar leña.
- Doblar ropa.
- Caminar por una cuerda.
- Desvestirse.
- Depilarse con cera.
- Afeitarse.
- Hacer autostop.
- Andar en bicicleta.
- Dibujar.
- Hacer un cocktail.

OFF
ON
FAR AWAY

Trabajo de mímica

Una variación del ejercicio anterior es imitar profesiones. El ejercicio es similar al anterior. En este, al igual que el anterior, a cada participante se le da un papelito en el que está escrita la profesión que tiene que representar. Para hacer el ejercicio más difícil, puedes hacerlo en parejas o usando algún objeto. Debajo encontrarás una tabla con diversas profesiones. Aquí también aplica la regla de que puedes añadir los que tú quieras.

- Médico/a.
- Buceador/a.
- Futbolista.
- Herrero/a.
- Juez/a.
- Carpintero/a.
- Granjero/a.
- Albañil.
- Piloto/a.
- Psicólogo/a.
- Cocinero/a.
- Compositor/a.
- Animador/a.
- Obrero/a
- Pescador/a
- Desempleado/a
- Corredor/a
- Estudiante.
- Atleta.
- Amo/a de casa.

Ejercicios prácticos

ÍNDICE

1. RETRATO: crea tu sombra retrato para “presentarte”.

2. TEXTO: muestra tu mensaje.

3. ATRAPA TU SOMBRA: utiliza la tiza para dibujar la sombra de alguien.

4. JUGAR CON LAS LÁMPARAS: utiliza el poder de la luz para crear diferentes efectos.

5. ADIVINA QUIEN ES: conocernos a través de nuestras sombras.

6. SOMBRAS Y OBJETOS REALES: emparejar sombras y objetos reales.

7. CONSTRUIR SOMBRAS: crear una sombra utilizando diferentes elementos emparejar sombras y objeto irreal

8. COLORES Y SOMBRAS: aportar color a los métodos tradicionales de sombras.

9. MEZCLA DE SOMBRAS: utiliza diferentes sombras corporales para crear algo diferente.

10. PINTAR LA SOMBRA: pinta la silueta de tus sombras.

11. MÁQUINA DE SOMBRAS: una actividad colectiva para cooperar y encontrar tu lugar en el grupo.

12. ALFOMBRA RODANTE: con el retroproyector, mueve un rollo de plástico para contar una historia.

13. TÍTERES Y SOMBRAS: utiliza un palo para hacer que las sombras se muevan.

14. REAL E IRREAL: crear sombras utilizando trucos y efectos especiales.

15. EVALUACIÓN DE SOMBRAS: técnica de sombras para evaluar sentimientos.

16. SOMBRAS Y VIDEO PROYECTOR: puedes crear una escena utilizando tus sombras y un vídeo con el video proyector.

17. SOMBRAS DE SCRABBLE: puedes expresarte jugando con tus sombras y tu nombre como si fuera un juego de scrabble.

1. RETRATO

Materiales:

Instrumentos:

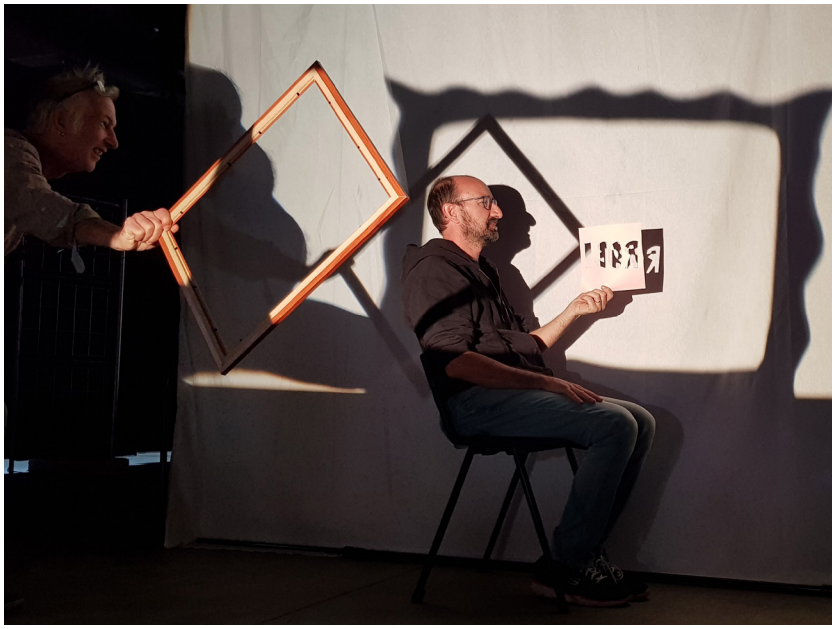
Personas:

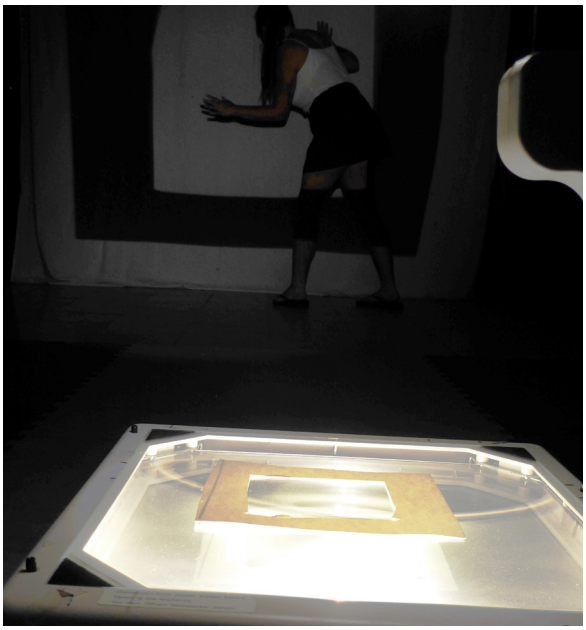
No hay límite de participantes.

Descripción de la actividad:

Crea un marco con los materiales que tengas a tu disposición.

Pon tu cara de perfil, de manera que tu sombra pueda verse en la pantalla.

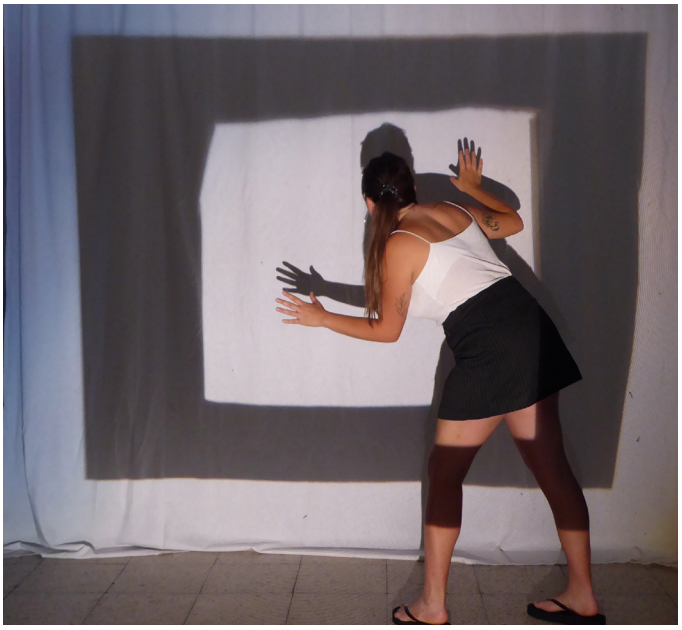




Crea tu sombra retrato para "presentarte"

Consejos para profesionales en el ámbito de la juventud o de la formación:

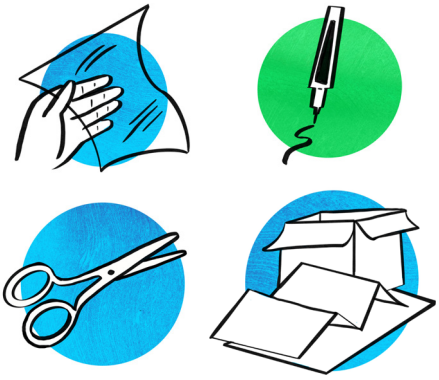
Se sugiere no poner una limitación de tiempo. Esta actividad se propone como una actividad para conocerse los unos a los otros en el primer día.



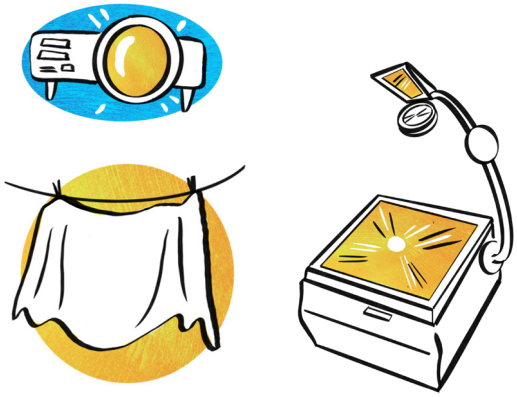
2. TEXTO

Muestra tu mensaje.

Materiales:



Instrumentos:



Personas:

1, 2 o grupo.

Descripción de la actividad:

Crear letras cortando papel o diferentes materiales. Ponerlas todas juntas para crear palabras. Si se usan transparencias, se puede simplemente dibujar las palabras en ellas.

Después, se muestran los resultados con el retroproyector.

Consejos para profesionales en el ámbito de la juventud o de la formación:

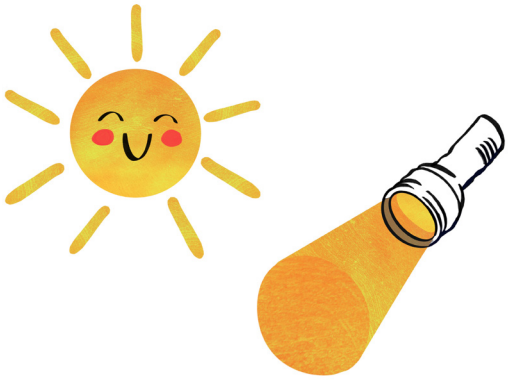
Se sugiere disponer de un espacio abierto a la creatividad. Es el primer contacto con el método.

3. ATRAPA TU SOMBRA

Utiliza la tiza para dibujar la sombra de alguien.

Materiales:

Instrumentos:



Personas:

Mínimo dos personas.

Descripción de la actividad:

Trata de conseguir que tu sombra encaje en una silueta dibujada en el suelo.

Consejos para profesionales en el ámbito de la juventud o de la formación:

Se puede realizar tanto en interiores como en exteriores.

4. JUGANDO CON LAS LINTERNAS

Materiales: Objetos variados.

Instrumentos:

Personas: Grupal.

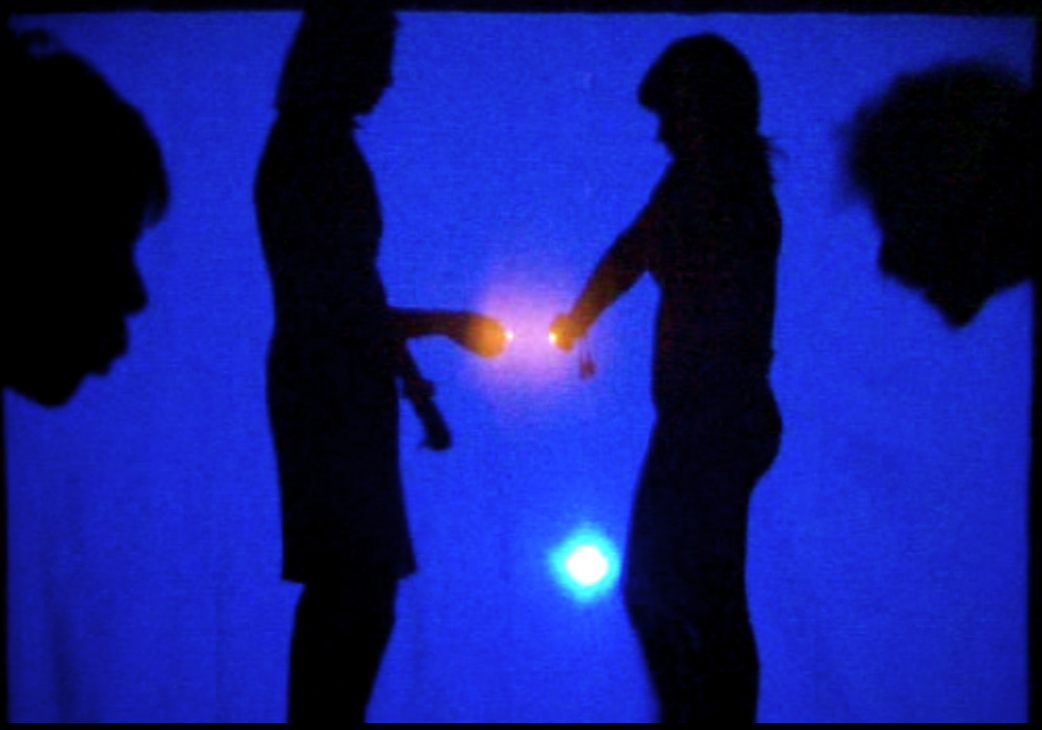
Descripción de la actividad:

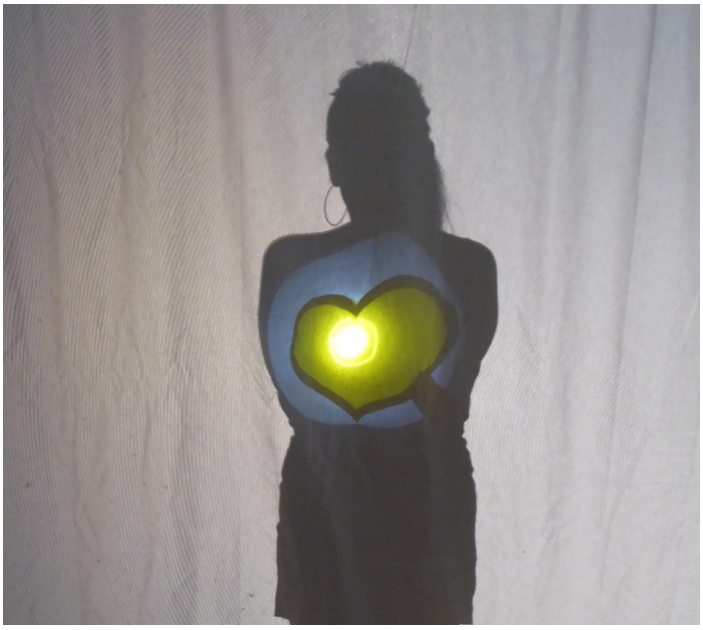
Cada objeto puede crear efectos de sombra diferentes. Usalos y juega con ellos para crear diferentes efectos de sombra. Diviértete descubriendo tu entorno a través de las sombras.

Utiliza el poder de la luz para crear diferentes efectos.

Consejos para profesionales en el ámbito de la juventud o de la formación:

Se puede poner música de fondo que complemente las ideas que los participantes quieran representar en la pantalla.





5. ADIVINA QUIÉN ES

Conocernos a través de nuestras sombras.

Materiales:

Complementos para caracterizar a los participantes.

Instrumentos:

Personas:

Grupal.

Descripción de la actividad:

Se crean 2 grupos: un grupo actor y otro espectador. El grupo actor irá pasando uno a uno, caminando detrás de la sábana. Mientras tanto el grupo espectador tendrá que adivinar de quién se trata diciendo el nombre de la persona.

Cuando ya hayan pasado todas las personas del grupo actor por detrás de la sábana se intercambiaran los papeles con el grupo espectador.

Consejos para profesionales en el ámbito de la juventud o de la formación:

Se aconseja hacer el ejercicio varias veces, incrementando la dificultad de reconocer a las personas (cortes de pelo, ropa, altura... jugando con los complementos y con las sombras generadas).

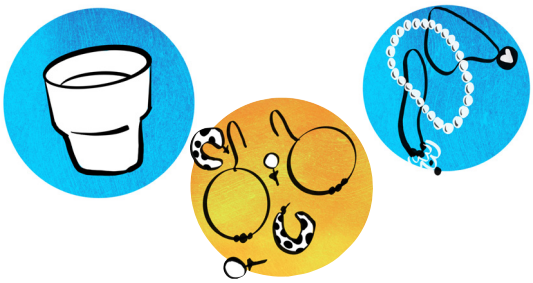
También se recomienda realizar juegos previos para que los participantes se conozcan antes de realizar esta actividad.

6. SOMBRAS Y REALIDAD

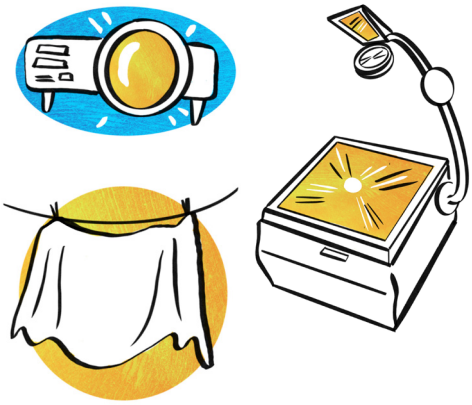
Emparejar sombras y objetos reales.

Materiales:

Objetos variados.



Instrumentos:



Personas:

Un grupo.

Descripción de la actividad:

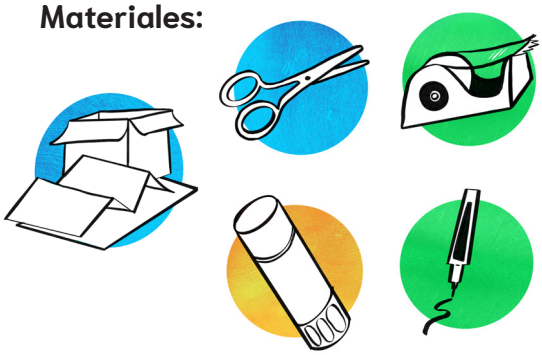
Usa objetos reales para crear la escena de tu historia con sombras.

Consejos para profesionales en el ámbito de la juventud o de la formación:

Aprovecha la distancia del foco de luz para generar efectos de tamaño en las sombras (objetos más grandes/ objetos más pequeños...)

7. CONSTRUIR SOMBRAS

Materiales:



Instrumentos:

Personas:

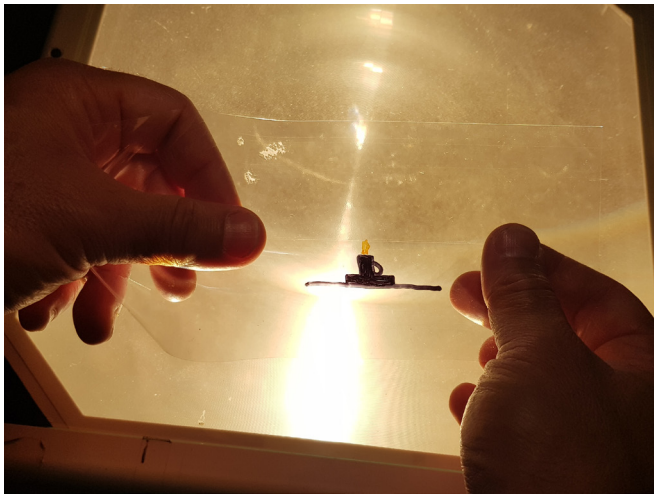
Un grupo.

Descripción de la actividad:

Usa objetos reales para crear la escena de tu historia con sombras.

Consejos para profesionales en el ámbito de la juventud o de la formación:

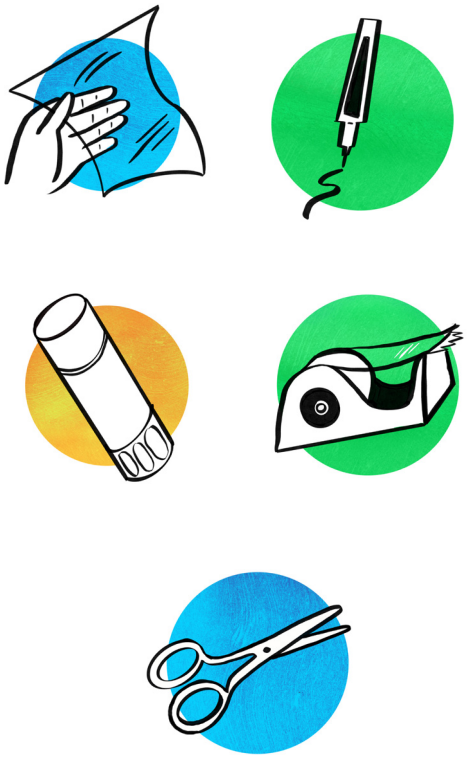
Aprovecha la distancia del foco de luz para generar efectos de tamaño en las sombras (objetos más grandes/objetos más pequeños...)



Crear una sombra utilizando diferentes elementos emparejar sombras y objeto irreal

8. COLORES Y SOMBRAS

Materiales:



Instrumentos:

Personas:

Grupal.

Descripción de la actividad:

Para crear diferentes efectos que complementen la escena, utiliza hojas de colores transparentes que ayudarán a dar el efecto deseado.

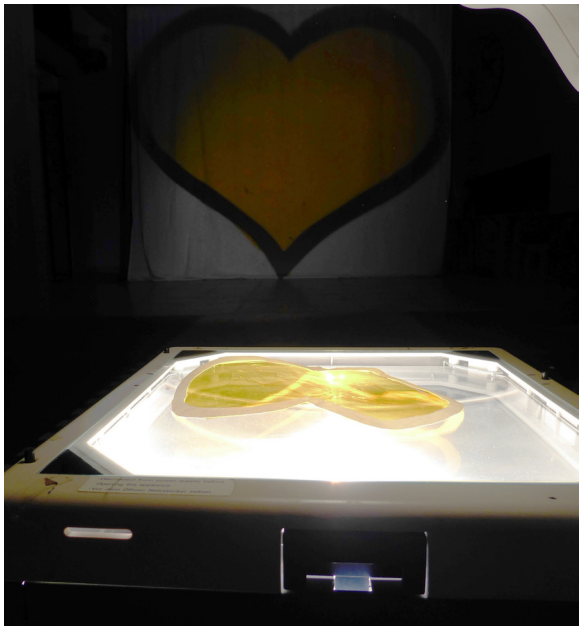
Aportar color a los métodos tradicionales de sombras.

Consejos para profesionales en el ámbito de la juventud o de la formación:

Una vez que los participantes tienen cierta experiencia con las sombras, pueden comenzar a complementar sus representaciones con colores que ayuden al espectador a profundizar en la escena.

De nuevo, se aconseja comenzar por algo sencillo, con juegos que permitan a los participantes comprender mejor el uso de los colores en la escena.

Recordad que la creatividad es libre.



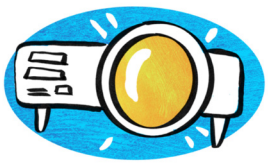
9. MEZCLA DE SOMBRAS

Utiliza diferentes sombras corporales para crear algo diferente.

Materiales:

No son necesarios materiales específicos. Pero se pueden usar prendas de ropa, complementos (fulares, sombreros etc.)

Instrumentos:



Personas:

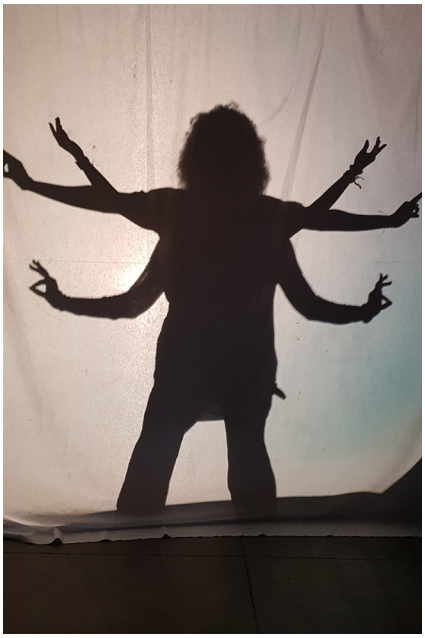
Mínimo 2 / grupo.

Descripción de la actividad:

Usa el cuerpo para crear diversas cosas: un elefante, una flor que se abre...

Consejos para profesionales en el ámbito de la juventud o de la formación:

Esta actividad requiere de mucha experimentación. Es a través de la experimentación, de las pruebas, que aparecerá lo posible.



10. PINTA LA SOMBRA

Pinta la silueta de tus sombras.

Materiales:

Instrumentos:

Personas:

Mínimo 2 / grupo.

Descripción de la actividad:

Una vez hayas dibujado la sombra de alguien sobre el suelo, colorearla con tizas.

Consejos para profesionales en el ámbito de la juventud o de la formación:

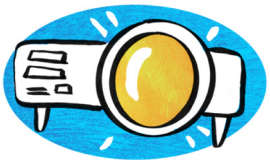
Es una forma fácil de empezar a profundizar en la técnica de las sombras mientras se juega.

11. MÁQUINA DE SOMBRAS

Materiales:

No se necesita ningún material específico.

Instrumentos:



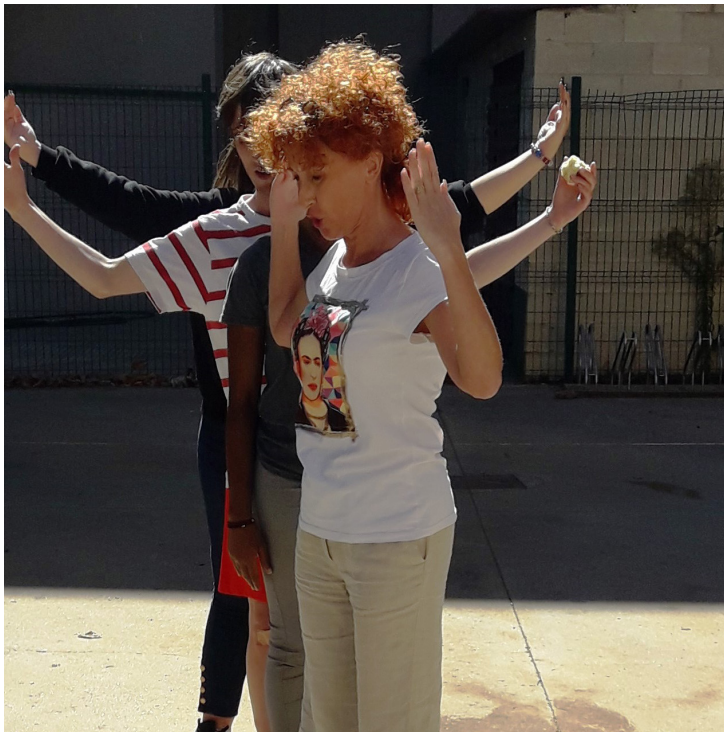
Personas:

Grupo.

Descripción de la actividad:

El grupo se divide en dos: Actor y espectador.

Los actores se colocan detrás de la cortina blanca, el animador pide a una primera persona que se sitúe entre el videoproyector y la sábana. Esta persona tendrá que inventar un gesto, una postura repetitiva. A continuación, se invita a una persona a colocarse a su lado y a realizar un gesto repetitivo relacionado con el primer gesto... a medida que avanzamos, se va creando una máquina.



Una actividad colectiva para cooperar y encontrar tu lugar en el grupo

Consejos para profesionales en el ámbito de la juventud o de la formación:

El animador debe ayudar y asegurarse de que todos encuentran su sitio en la máquina: Presta atención a la colocación de cada participante para que su sombra sea visible. Este ejercicio debe ayudar a comprender el lugar en relación con la luz y la escena

12. ALFOMBRA RODANTE

Materiales:

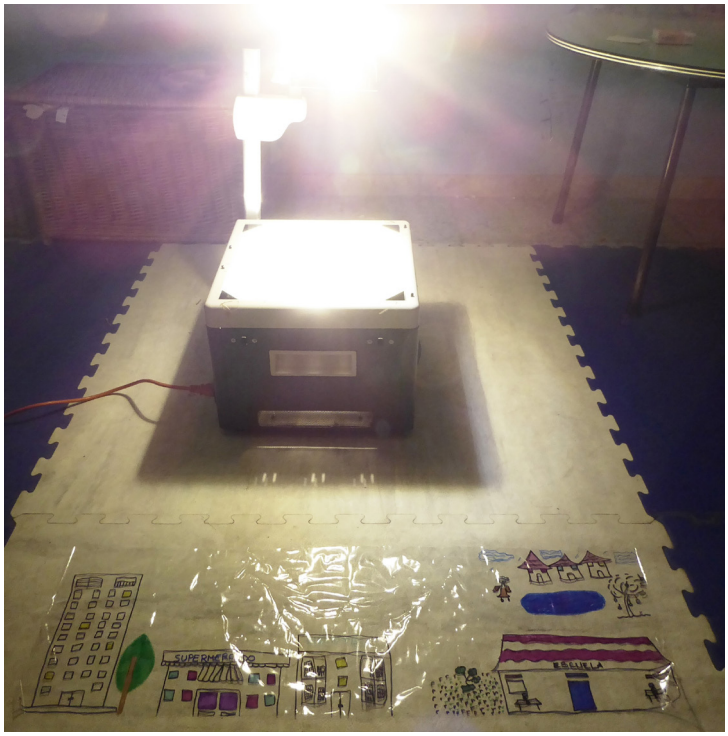
Instrumentos:

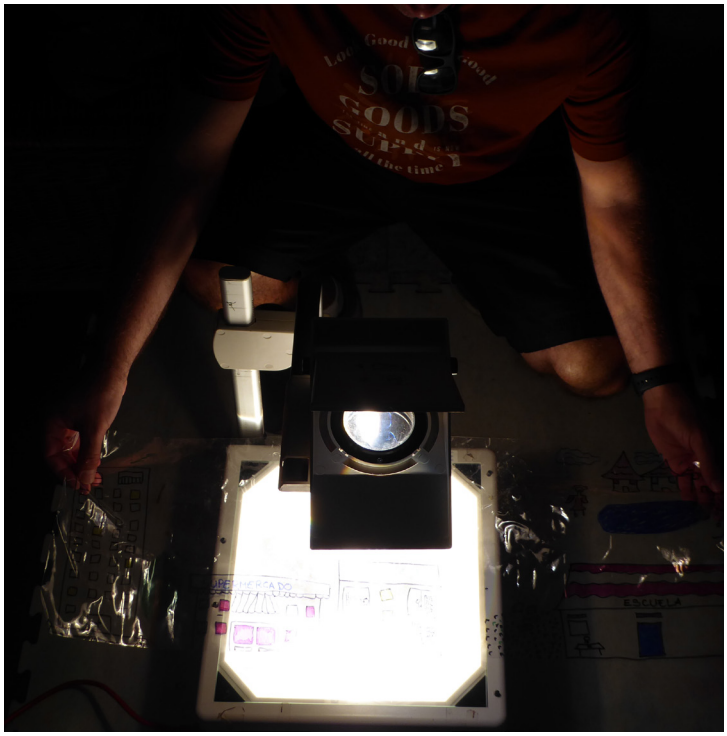
Personas:

1 /grupo.

Descripción de la actividad:

Si quieres crear una escena de movimiento puedes pegar 2 o más papeles de plástico transparente y dibujar en ellos un paisaje. Después puedes mover la alfombra rodante en el retroproyector y puedes jugar con las sombras.





Con el retroproyector, mueve un rollo de plástico para contar una historia.

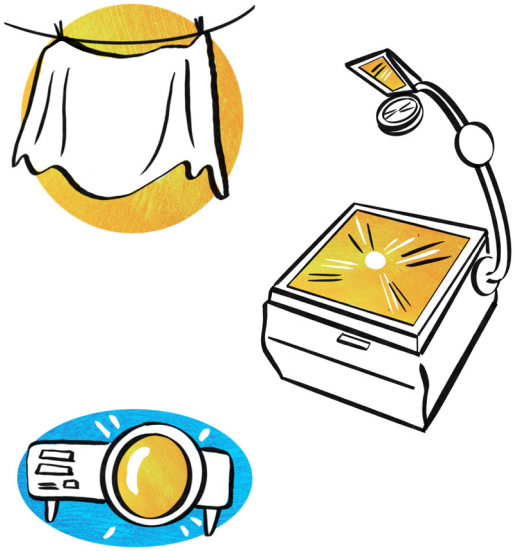
Consejos para profesionales en el ámbito de la juventud o de la formación:

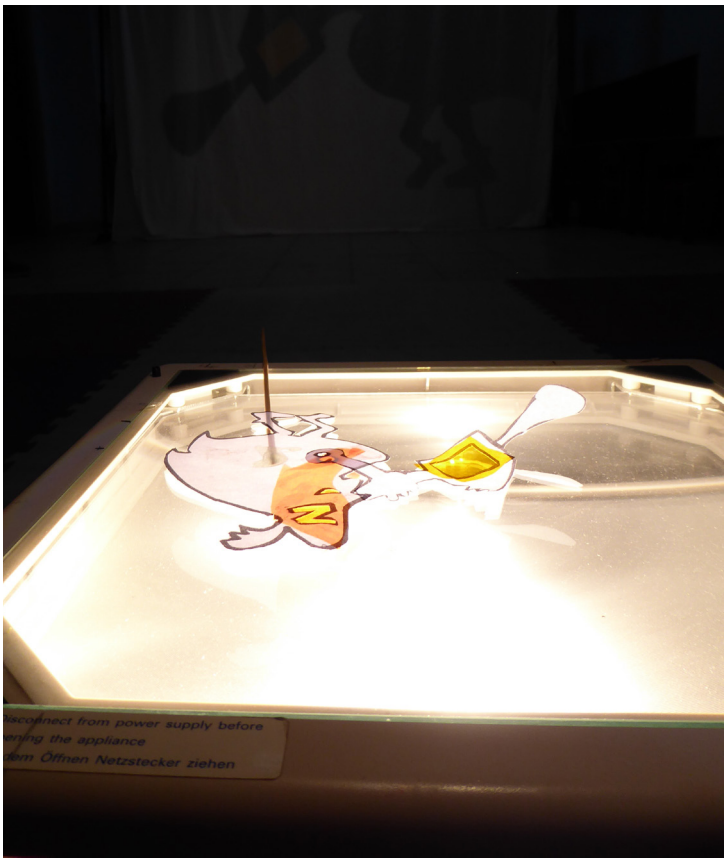
Es muy importante la sincronización de tu sombra con la alfombra rodante.

13. TÍTERES Y SOMBRAS

Materiales:

Instrumentos:





Utiliza un palo para hacer que las sombras se muevan.

Personas:

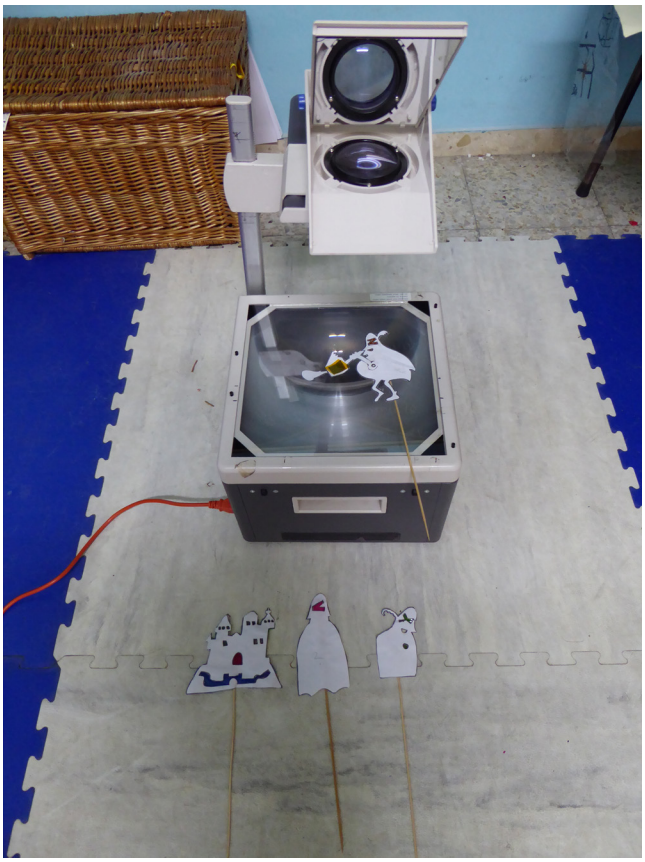
1 /grupo.

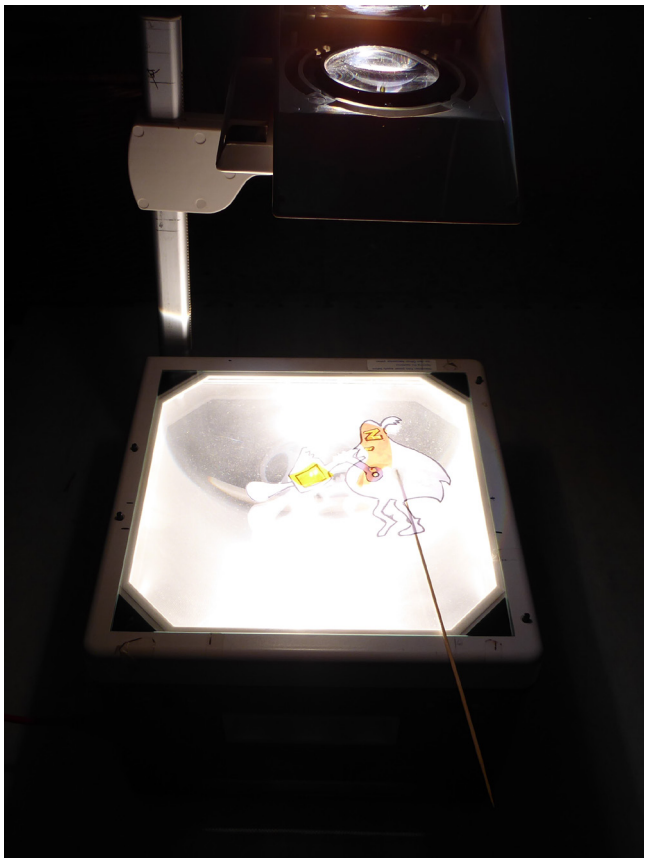
Descripción de la actividad:

Mover las sombras de los objetos con ayuda de palos de madera.

Consejos para profesionales en el ámbito de la juventud o de la formación:

Prueba la altura correcta entre la silueta y el retroproyector e intenta no cruzar los palos.





14. REAL E IRREAL

Materiales:

Puede usarse cualquier cosa.

Instrumentos:

Personas:

Mínimo 2 / grupo.

Descripción de la actividad:

Los efectos especiales con las sombras, permiten darnos cuenta de varios procesos ingeniosos: Meter a una persona en un frasco, pescar un pez enorme, hacer gigante o diminuto un objeto de la vida cotidiana.

Consejos para profesionales en el ámbito de la juventud o de la formación:

Presta atención al efecto especial que quieres crear. No todos los efectos especiales pueden funcionar.

Crear sombras utilizando trucos y efectos especiales.

15. EVALUACIÓN DE SOMBRAS

Materiales:

Únicamente se necesita el propio cuerpo.

Instrumentos:

Personas:

Grupo.

Técnica de sombras para evaluar sentimientos.

Descripción de la actividad:

Utilice la sábana y el cuerpo para evaluar un tiempo, una actividad, un curso de formación...

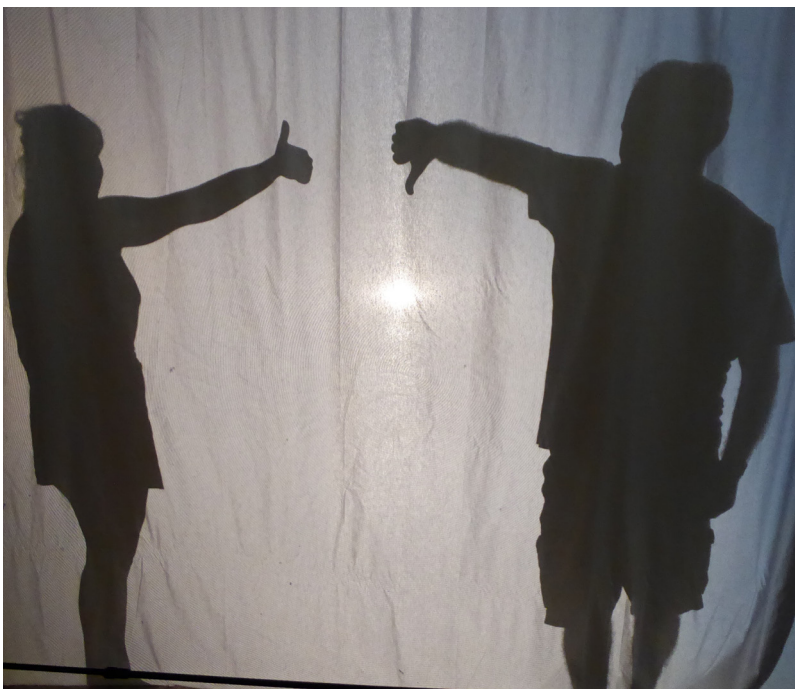
Hay múltiples posibilidades:

1) Poner en evidencia las manos de los participantes en la sombra. Haz una pregunta sobre un tema: El tiempo, la comida, el lugar...5 es estupendo 1 no lo es tanto. cuente hasta 3 y pregunte a los participantes: La nota aparecerá en la sombra. Puedes preguntar por qué los participantes han dado esta puntuación.

2) Poner un elemento (árbol, mesa, globo) en el centro de la escena. Para cada pregunta formulada, cuanto más cerca estén los participantes, más les gusta. Cuenta hasta 3 y observa las valoraciones del grupo.

Consejos para profesionales en el ámbito de la juventud o de la formación:

Se pueden adaptar todas las actividades de evaluación posibles al teatro de sombras (componer una palabra, crear un objeto para hablar de las emociones....). Todo es posible.



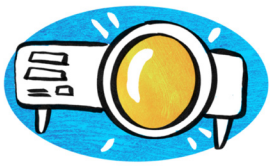
16. SOMBRAS Y VIDEO PROYECTOR

Puedes crear una escena utilizando tus sombras y un vídeo con el video proyector.

Materiales:

Objetos variados (depende de la imagen que se quiera proyectar).

Instrumentos:



Personas:

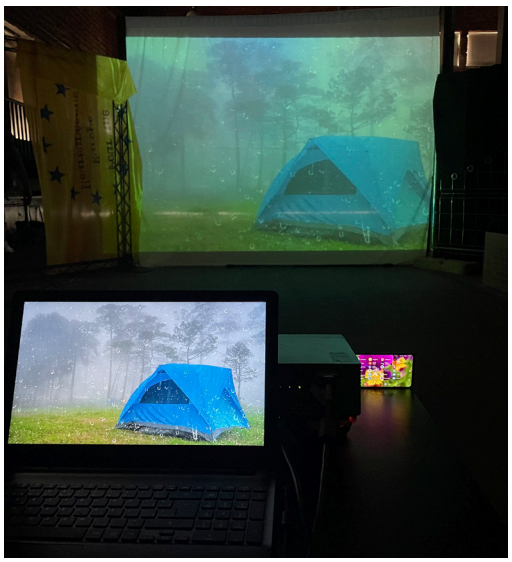
1 / grupo.

Descripción de la actividad:

Puedes crear una escena utilizando tus sombras y un vídeo del videoproyector.

Consejos para profesionales en el ámbito de la juventud o de la formación:

Es muy importante sincronizar la sombra con el video proyectado.

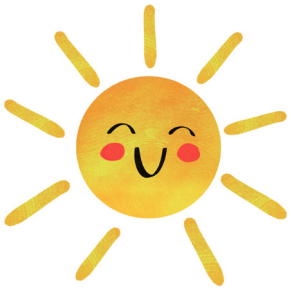


17. SOMBRAS DE SCRABBLE

Puedes expresarte jugando con tus sombras y tu nombre como si fuera un juego de scrabble.

Materiales:

Instrumentos:



Personas:

1 o 2.

Descripción de la actividad:

Usa las letras para formar tu nombre y colocarlo en la sombra de tu silueta.

Consejos para profesionales en el ámbito de la juventud o de la formación:

Es mejor si se hace la actividad al aire libre.

8. Ejemplos de representaciones de Teatro de Sombras

Taller de teatro de sombras con niños y niñas 1.

Taller de teatro de sombras con niños y niñas 2.

Taller de teatro de sombras con niños y niñas 3.

Taller de teatro de sombras con niños y niñas.

Shadow Theatre. Video projector and shadows. European project León 2022

Shadow Theatre. Playing with the sun. European project León 2022

Shadow Theatre. Playing with acetate paper and colors. European project León 2022

Shadow Theatre. Playing with lanterns. European project León 2022

Shadow Theatre. First exercises. European project León 2022

Shadow Theatre. First exercises 5. European project León 2022

Teatro de Sombras – Asociación Auryn

Short film Education Shadow Theater. European Youth Exchange Dinan 2008

Short film Right to rest and leisure Shadow Theater. European Youth Exchange Dinan 2008

Short film Right of asylum Shadow Theater. European Youth Exchange Dinan 2008

Short film Right to make a family Shadow Theater. European Youth Exchange Dinan 2008

Short film Discrimination Shadow Theater. European Youth Exchange Dinan 2008

Shadow Theater. European Youth Exchange León 2009

Short film playing with light Shadow Theater. European Youth Exchange Dinan 2008

Shadow Theater (First exercises) 6. European project_León 2022

Shadow Theater (First exercises) 2. European project_León 2022

Shadow Theater. European Youth Exchange León 2009

Shadow Theater playing with foot shadow 3. European Youth Exchange León 2009

Shadow Theater Body and shadows 2. European project León 2022

Shadow Theater creating colors effect. European project León 2009

Short film Freedom from torture Shadow Theater European. Youth Exchange Dinan 2008

Shadow Theater (First exercises) 4. European project_León 2022

Shadow Theater (First exercises) 3. European project_León 2022

Shadow Theater First exercises 1. European project León 2022

Shadow Theater playing with foot shadow 2. European Youth Exchange León 2009

Shadow Theater Body and shadows. European project León 2022

Shadow Theater Playing with acetate paper and colors. European project León 2009

Shadow Theater creating chains 1. European Youth Exchange León 2009

Shadow Theater creating chains 2. European Youth Exchange León 2009

YouTube

https://www.youtube.com/@AsociacionAuryn/videos

Este Manual es el resultado del proyecto europeo SHADOWS THEATER: AN EDUCATIONAL TOOL FOR INCLUSION THROUGH ART AND CREATIVITY. Este proyecto ha sido cofinanciado por la Unión Europea a través del Programa Erasmus Plus.

Con este proyecto hemos desarrollado un trabajo en red entre organizaciones que trabajan en el ámbito de la juventud desde la educación no formal en Turquía, Italia, Francia y España. A través de este trabajo en red hemos tratado de reforzar el impulso de la participación inclusiva y el desarrollo de competencias a través de la creatividad y las artes. El objetivo principal ha sido el de dar voz a la juventud y promover su participación activa utilizando como herramienta educativa la Creación Colectiva Teatral en el ámbito del Teatro de Sombras. La Creación Colectiva Teatral es un método de producción artística que tiene como fundamento el desarrollo de las capacidades creativas de todos los participantes inmersos en el proceso creativo. Es un método grupal que resalta las relaciones e interacciones en un nivel horizontal de cooperación.

Pretendemos que este Manual de Teatro de Sombras sea una herramienta innovadora de inclusión social a través del Arte y la Creatividad. Pretendemos que esta herramienta educativa sea un elemento educativo innovador en el que abordamos el origen histórico del Teatro de Sombras, el marco teórico sobre sus ventajas y posibilidades en contextos educativos y el marco práctico con los pasos necesarios para la iniciación en el Teatro de Sombras, partiendo de la sencillez, a las elaboraciones teatrales más elaboradas. El Manual cuenta con ejercicios prácticos y con la descripción de los recursos materiales necesarios para realizar Teatro de Sombras.

El proyecto SHADOWS THEATER: AN EDUCATIONAL TOOL FOR INCLUSION THROUGH ART AND CREATIVITY ha sido coordinado por la Asociación Auryn de León (España) en cooperación con las organizaciones IKOS de Estambul (Turquía), Venti di Scambio de Conversano (Italia) e Intercultura de Dinan (Francia).

ASOCIACIÓN AURYN
EDUCACIÓN Y PARTICIPACIÓN

INTERCULTURA
L'ASSO HEUREUPEENNE

20 Venti di Scambio

ikos
İSTANBUL
KÜLTÜR & SPOR DERNEĞİ

Cofinanciado por la Unión Europea