



Controla el cos i fora nervis!

Fitxa de l'alumne / PRIMÀRIA

ORIENTACIONS DIDÀCTIQUES - GUIA DOCENT

Comencem

En aquesta proposta, us proposem de treballar la postura corporal i el control davant del públic quan llegim en veu alta.



Us recomanem mirar el vídeo de la Berta Giraut:

[Cos.](#)

Quan llegim en veu alta és molt important que el lector o la lectora mantingui una actitud còmoda, una postura natural i relaxada que li permeti projectar la veu cap a l'auditori sense haver de forçar-la. Cal evitar encongir-se d'espatlles o moure el cos d'una banda a l'altra mentre es llegeix. És important fer atenció a la postura, la mirada, el cap, les mans i les cames, l'obertura, la gestualitat, la posició, el moviment o desplaçament pensats i la tonicitat versus el relaxament.

També us pot resultar interessant seguir aquests [consells](#) d'un vídeo de formació de la Diputació de Barcelona.

Juguem

Per treballar la posició i el control del cos podeu fer aquests exercicis:

- 1 Col·loqueu un llibre damunt del cap d'un l'alumne o alumna, que durant uns minuts ha de parlar o llegir un text procurant que el llibre no caigui.
- 2 També podeu fer proves: llegir estirats, lluny del llibre, amb el cap endavant, d'esquena al públic, estirant el coll, arronsant espatlles... i comentar com s'han sentit i com s'ha sentit el públic.
- 3 Feu l'exercici de la goma als peus (pàg. 25 del manual) i, a continuació, demaneu a l'alumne o alumna que llegeixi un altre cop el text. Comenteu els canvis.
- 4 Per aprendre a mantenir els nervis a ratlla, podeu fer exercicis de respiració i relaxament.



Entenem i treballem el text

Com en les propostes anteriors, us proporcionem un text per comprendre'l i practicar-ne la lectura en veu alta. Recordeu la preparació i anticipació de la lectura, el coneixement del text, el que ja heu treballat sobre dicció, entonació, ritme, etc. I ara, caldrà tenir en compte la "posada en escena".

El text escollit és un fragment de *Pinotxo*, de l'autor italià Carlo Collodi, que explica les aventures d'un putxinell de fusta que s'escapa de casa i corre món, que coneix el bé i el mal i que passa per mil situacions difícils o divertides.

- 1 **A** Li durà fortuna. / **B** Pobra. / **C** Una marmita. / **D** En aquest fragment, sabem com són els personatges a partir de com actuen.
- 2 Al plantejament, perquè la novel·la va de les aventures d'en Pinotxo i en aquest fragment en Jepet encara l'està construint.
- 3 Sí. Resposta model: Perquè ja comença a fer entremaliadures a en Jepet quan l'està construint. El seu nas no para de créixer li fa mofa a la cara, li treu la llengua....

Preparem la lectura en veu alta

Proposem preparar la lectura del text en grups per fer-ne després una lectura col·lectiva. En la seva fitxa, els alumnes tenen també aquestes pistes:

- > **CONÈIXER BÉ EL TEXT** i si convé, marcar-hi les parts, paraules a emfasitzar, fer atenció a la puntuació, les intervencions dels personatges...
- > **PREPARAR LA VEU** (dicció, volum, claredat).
- > **PREPARAR EL COS**: actitud còmoda, una postura natural i relaxada, projectar la veu cap a l'auditori sense forçar-la, evitar encongir-se d'espatlles o moure el cos d'una banda a l'altra mentre es llegeix. Recordeu-los que són els lectors i lectores qui han de controlar el text; per tant, han d'evitar avançar el cap cap al paper, evitar la tensió facial, poden flexionar lleugerament els genolls i relaxar mans i braços. S'hi poden afegir gestos "mesurats", triats i procurar no balancejar-se tota l'estona.
- > **ESCOLLIR** qui llegirà davant de la resta de la classe.

Valorem

Poden emplenar la graella i podeu comentar com ha anat la lectura en veu alta.

Després, us recomanem el treball de metaaprenentatge perquè l'avaluació sigui formativa. Els alumnes poden puntuar els ítems que els proposem i n'hi podeu o poden afegir d'altres que us interressi que autoavaluin. També poden respondre la pregunta per ajudar-los a millorar.