

# TEAM BUILDING DE IMPROVISACIÓN



## DESCRIPCIÓN DEL TALLER

Esta actividad mejora las habilidades del trabajo en equipo e individuales, potenciando la confianza, proactividad, imaginación y capacidad creativa, de una manera amena y divertida.

Empezamos con un calentamiento físico, mental y del imaginario a través de juegos y dinámicas, donde aprenderemos los conceptos básicos de la improvisación. Posteriormente creamos las primeras escenas improvisadas a través de acciones, movimiento, un sonido, una frase... Creando diferentes dinámicas a través de juegos, en un ambiente distendido.

¿Qué es improvisar? Nadie sale de casa con un guión en la mano. Es algo que hacemos en el día a día, a veces sin ser conscientes de ello. Es responder a situaciones nuevas o inesperadas con nuestra creatividad. Es salir de la zona de confort, tomar decisiones, aceptar oportunidades y también ofrecerlas.

