



Una sola frase

Cuento · 8 a 10 años · 5 min de lectura

En la obra de teatro de fin de curso, Candela tenía una sola frase.

Hacía de Viento del Norte. Tenía que entrar corriendo con una capa gris, dar dos vueltas alrededor del Árbol (que era Julián, con ramas de cartón) y decir con voz fuerte:

—¡Ya llega la primavera!

Una frase. Cuatro palabras. Facilísimo.

Candela la ensayó en todas partes. En la ducha, con champú en la cabeza. Delante del espejo. Al gato, que se fue. A la tostadora. Al abuelo. Y a un perro desconocido en el parque, que movió la cola, lo cual Candela consideró una buena señal.

Pero la noche de la función, entre bambalinas, empezó a notar cosas raras en el cuerpo. Le sudaban las manos. Le temblaban las rodillas, como si fueran de gelatina. Y en la tripa tenía algo que revoloteaba, como si se hubiera tragado una bolsa de mariposas.

—Es normal —le susurró la maestra—. Son los nervios. Significa que te importa.

Sonó la música. Era su turno.

Salió corriendo con la capa gris. Dio una vuelta alrededor del Árbol. Dio la segunda. Se paró en medio del escenario, miró al público... y vio cien caras mirándola a ella. Doscientos ojos.

Y la frase se le fue.

Así, de golpe, como un globo que se escapa. Candela abrió la boca y no salió nada. El silencio era tan grande que se oyó toser a alguien en la última fila.

Entonces se acordó de lo que le había enseñado su abuela para los nervios: respirar como si oliera una flor y soplar como si apagara una vela. Despacio.

Olió la flor. Apagó la vela.

Olió la flor. Apagó la vela.

Y en la segunda vela, en algún rincón de su cabeza, el globo volvió a bajar.

—¡YA LLEGA LA PRIMAVERA! —gritó Candela, tan fuerte que el Árbol dio un respingo y se le cayó una rama.

El público se rio. Luego aplaudió. Luego se rio otra vez, porque Julián intentaba recoger la rama sin dejar de ser árbol.

Al terminar, el abuelo le dio un abrazo que la levantó del suelo.

—Has estado fantástica.

—Se me ha olvidado la frase.

—Y luego te has acordado. Eso es más difícil.

Al año siguiente, cuando la maestra repartió los papeles de la nueva obra, Candela levantó la mano antes que nadie.

—Yo quiero uno con dos frases.

Palabras para aprender

función: Representación de una obra de teatro o de un espectáculo.

bambalinas: Parte del escenario que el público no ve; estar entre bambalinas es estar detrás, esperando para salir.

ensayar: Practicar algo varias veces antes de hacerlo de verdad.

respingo: Pequeño salto o sacudida del cuerpo por un susto.

nervios: Sensación de inquietud que tenemos cuando algo nos importa o nos preocupa.

Nombre: _____ Fecha: _____

Después de leer

1 ¿Qué papel tenía Candela en la obra y cuál era su frase?

- ☐ a) Hacía de Viento del Norte y decía «¡Ya llega la primavera!».
- ☐ b) Hacía de Sol y decía «¡Ya llega el verano!».
- ☐ c) Hacía de Árbol y decía «¡Ya llega el invierno!».

2 ¿Qué la ayudó a recordar la frase?

- ☐ a) Que el público aplaudiera para animarla.
- ☐ b) Leer la frase en un papel de la maestra.
- ☐ c) Respirar despacio, como le enseñó su abuela.

3 ¿Verdadero o falso? Marca V o F.

a) Julián hacía de Árbol, con ramas de cartón.

V	F
---	---

b) Candela salió al escenario con una capa roja.

V	F
---	---

c) Al Árbol se le cayó una rama.

V	F
---	---

4 Ordena lo que pasó: escribe 1, 2, 3 y 4.

- ☐ Candela grita «¡Ya llega la primavera!».
- ☐ Candela ensaya su frase en todas partes.
- ☐ A Candela se le olvida la frase en el escenario.
- ☐ Candela pide un papel con dos frases.

5 ¿Qué notaba Candela en el cuerpo antes de salir al escenario?

6 ¿Por qué el abuelo dice que acordarse después es «más difícil»?

7 ¿Qué significa que, al año siguiente, Candela pida un papel con dos frases?

8 ¿Te has puesto nervioso o nerviosa alguna vez delante de otras personas? ¿Qué hiciste?

Una sola frase

Respuestas orientativas e ideas para el aula · Cuento · 8 a 10 años · 5 min de lectura

- 1** ¿Qué papel tenía Candela en la obra y cuál era su frase?
a) Hacía de Viento del Norte y decía «¡Ya llega la primavera!».
- 2** ¿Qué la ayudó a recordar la frase?
c) Respirar despacio, como le enseñó su abuela.
- 3** ¿Verdadero o falso? Marca V o F.
a) V b) F c) V
- 4** Ordena lo que pasó: escribe 1, 2, 3 y 4.
 1. Candela ensaya su frase en todas partes.
 2. A Candela se le olvida la frase en el escenario.
 3. Candela grita «¡Ya llega la primavera!».
 4. Candela pide un papel con dos frases.
- 5** ¿Qué notaba Candela en el cuerpo antes de salir al escenario?
Le sudaban las manos, le temblaban las rodillas y sentía algo que revoloteaba en la tripa.
- 6** ¿Por qué el abuelo dice que acordarse después es «más difícil»?
Porque recuperarse de un fallo delante de todos, con nervios, requiere más valor que decir la frase sin problemas.
- 7** ¿Qué significa que, al año siguiente, Candela pida un papel con dos frases?
Que ha superado el miedo, que la experiencia le ha dado confianza y quiere intentarlo con un reto mayor.
- 8** ¿Te has puesto nervioso o nerviosa alguna vez delante de otras personas? ¿Qué hiciste?
Respuesta abierta. Valora que describa la situación y alguna estrategia para calmarse.

Ideas para el aula

1. Practica la respiración de la abuela con la clase: «huele la flor, apaga la vela», cinco veces, despacio.
2. Representa la escena del cuento en grupos: el Viento del Norte, el Árbol, la maestra y el público.
3. Escribe qué consejo le darías a alguien que tiene que hablar delante de toda la escuela.