

FITXA PEDAGÒGICA * EXPRESSIÓ CORPORAL *

Tipus d'activitat: Taller Físic. Autoconeixement

A qui va adreçat: a partir de 3 anys

Descripció

Programem sessions d'expressió oral i corporal de les emocions i els valors.

Treballarem a partir de petits jocs i dinàmiques d'on extraïem un posterior debat i amb conclusions tretes directament de les experiències del joc previ, ja sigui d'intercanvi de rols, de confiança amb el grup o d'expressió d'emocions.

Tant per a alumnes com per a Formació de mestres, professores, acompanyants, famílies, educadors, monitors, integradors socials... on aprendrem, ens renovarem i compartirem recursos.



Objectius específics

- * Valorar la importància del treball corporal com a mitjà natural d'expressió.
- * Redescobrir el plaer d'expressar les emocions amb llibertat.
- * Ajudar a millorar la pròpia expressió i l'acte comunicatiu.
- * Reconèixer els elements bàsics del llenguatge verbal i no verbal.
- * Prendre consciència del cos com a eina d'auto expressió, emotivitat i espontaneïtat.
- * Valorar a l'individu com a ésser únic que expressa coses.
- * Prendre consciència de la importància de l'expressió artística i d'emocions.
- * Valorar el teatre, la dansa, el circ i totes les arts escèniques com a font d'expressió i desenvolupament personal.



Metodologia

Segons la dinàmica del grup es faran propostes de treball individuals, per parelles, grupals o lliures. Totes les sessions estan enfocades amb una metodologia pràctica, on a través de la pròpia vivència podem observar-nos, reflexionar i compartir.

- * Presentació i escalfament, Exercici de trencar gel i comunicació
- * Dinàmiques de treball, exercicis teatrals i jocs d'expressió i rols
- * Reflexions, debats dels continguts, dubtes i tancament
- * Creació d'un mural conjunt amb conclusions extretes del taller

Tècniques i temes

Les **sessions** van destinades a aprofundir en qualsevol dels següents temes, a tractar segons necessitats de cada grup:

- * Expressió corporal i comunicació activitats d'expressió, exercicis de construcció de personatges i jocs d'actor.
- * Resolució de conflictes
- * Educació emocional i Escolta activa
- * Educació en valors
- * Bullying, Acompanyar des de la diferència
- * Lideratge i Cohesió de grup
- * Interculturalitat i Creativitat
- * Jocs cooperatius i Circ: malabars, equilibris, xanques, monocicles, slack line, bola equilibri, hulahops
- * Clown, mim, bufón, contes i altres tècniques d'arts escèniques
- * El Joc com a eina antropològica i social. Joc tradicional i del món. Joc de taula
- * Calendari festiu: orígens, tradicions, evolucions
- * Hort, jardineria i natura: herbes remeieres
- * Teatre de l'oprimit i dels "comprimits"



Altres tècniques i activitats que ens uneixen: bufó, teatre, maquillatge, vestuari, globoflèxia, arts plàstiques, construcció d'objectes i escenografia, fotografia, audiovisuals, xarxes socials, descobrir l'entorn, preparació festa final.

Continguts

- * La participació
- * Tipus d'expressió: musical, plàstica, corporal (dansa, teatre, circ...)
- * La dinamització de l'activitat
- * Tècniques de captació de l'atenció
- * Comunicació i conducta
- * Llenguatge verbal i no verbal
- * Relaxació i consciència corporal
- * El cos com a eina d'autoexpressió, accions i emocions
- * Status (Basat en tècniques teatrals)
- * Escoltar. Reaccionar
- * Clown/ Pallassos, els navegants de les emocions. Miralls.
- * Els bufons, trencant esquemes, dient veritats, temes tabú
- * Relacionar tots els continguts amb la realitat social i laboral.



Sempre preparats per entretenir i fer riure el poble, els joglars son grans coneixedors de les febleses humanes i volen ajudar a tothom a relaxar-se a través de riure's d'ells mateixos. Hauran de concentrar-se amb els malabars, fer teatre, provar maquillatges i practicar equilibris per aconseguir formar part dels bufons de la cort.



Podem adaptar totes les activitats al nivell i continguts que es desitgi per al grup.

Ho podem fer de forma dinàmica i lúdica, i amb més o menys contingut curricular.

I com sempre abans de l'activitat, si cal, us fem una visita a l'escola per concretar els detalls i que ens coneguem.

Amb el suport de la  **Diputació Tarragona**