



ESPECTACLE DE CIRC

## FITXA PEDAGÒGICA

Dades bàsiques

Títol: SÓC ("Sóc jo", "Jo existeixo")

Companyia: Marta Sitjà

Durada: 60 minuts aproximadament

Edat recomanada: A partir de 5 anys

Disciplina artística: circ contemporani i clown

Temàtica central: La diferència com a regal. Ser únic, ser autèntic, enfrontar-se a la pressió de "ser igual que la resta".



## Objectius pedagògics

- Valorar la diferència com a font de riquesa i creativitat.
- Reforçar l'autoestima i el dret de cadascú a ser com és.
- Reflexionar sobre la pressió social i les xarxes socials.
- Fomentar la creativitat i l'expressió corporal a través del circ i el clown.
- Educar en valors: respecte, tolerància, inclusió i llibertat d'expressió.

## Competències i àrees curriculars relacionades

- Educació en valors: respecte per la diversitat, convivència, empatia.
- Educació artística: expressió corporal, dansa, música, arts escèniques i circ.
- Coneixement del medi i educació ciutadana: identitat, societat, influència dels mitjans i xarxes socials.
- Llengua i comunicació: expressió oral, debat, narració personal.



## Activitats proposades

### Abans de veure l'espectacle

- Què vol dir ser diferent? Conversa en grup sobre què ens fa únics.
- El mirall de les xarxes: mostrar imatges d'Instagram/TikTok i reflexionar si tothom sembla igual.
- Joc de les màscares: dibuixar dues cares, la que mostrem fora i la que sentim dins.

### Durant l'espectacle

- Atenció conscient: observar com els artistes s'expressen sense paraules.
- El llenguatge del cos: com podem explicar emocions sense parlar.

### Després de l'espectacle

- Debat obert: què és ser normal? Les xarxes socials ens fan més lliures o més iguals?
- Dibuix o collage: representar les diferències positives de cadascú.
- Petites escenes: inventar en grups una mini-escena de circ/clown sobre la diferència.
- Carta a mi mateix/a: compromís per valorar la diferència pròpia i la dels altres.



## Preguntes guia per a la reflexió

- Què t'ha cridat més l'atenció de l'espectacle?
- Com et sents quan no encaixes amb el grup?
- Què vol dir "ser tu mateix/a"?
- Quines coses bones i quins perills tenen les xarxes socials?
- Com podem ajudar els altres a sentir-se bé amb qui són?
- Què faries si a algun company de classe el molesten i el fan sentir malament per ser diferent?

