

PENSAR EL COS, BALLAR EL CAP

PROPOSTA DE TALLER DE MOVIMENT VINCULAT A LA PEÇA ESCÈNICA “PLATÓ VA SORTIR D'ESCENA” DE LA COREÒGRAFA BARBARA CAPPI

Edat

Grups de 3r, 4t, 5è i 6è de primària.

Les propostes s'adapten en complexitat conceptual i física segons el curs.

Duració

Aproximadament 1 h – 1 h 30 min, segons les necessitats i disponibilitat del centre.

Nombre de participants

- Amb presència i suport d'un docent o responsable del centre:
Màxim 25 alumnes, amb la col·laboració activa d'algun mestre del centre per facilitar l'acompanyament i la gestió del grup.
- Sense la presència del docent del centre:
Màxim 12–15 participants, per garantir una atenció adequada i un espai de treball segur i proper.

Necessitats tècniques

- Espai ampli i diàfan (aula polivalent, sala de moviment o similar).
- Terra adequat per treball corporal (es recomana treballar sense calçat o amb calçat flexible).
- Equip de so bàsic (si es requereix música en algun moment del procés).

Descripció general

Aquest taller neix com a activitat creatiu-pedagògica vinculada a la peça escènica *Plató va sortir d'escena*, amb l'objectiu d'apropar l'alumnat de primària a una experiència corporal que connecti pensament, percepció i moviment. La proposta convida als participants a explorar la relació entre el cap i el cos, entre la mirada i l'acció, i entre el llenguatge i l'experiència física.

A través d'exercicis pràctics, dinàmiques en parella i exploracions individuals, el taller proposa un espai on experimentar el moviment com a eina de coneixement: es treballa la consciència corporal, l'escolta, la cooperació i la capacitat de reflexió, establint ponts entre la pràctica artística i el desenvolupament educatiu.

La metodologia combina joc, investigació guiada i petites reflexions compartides, adaptant-se a l'edat dels participants i al context del centre educatiu o equipament cultural que l'aculli.

Objectius pedagògics

- Desenvolupar la consciència corporal i la coordinació.
- Fomentar l'escolta, la cooperació i el respecte entre iguals.
- Explorar la relació entre pensament, llenguatge i moviment.
- Potenciar la creativitat i la capacitat d'expressió no verbal.
- Apropar l'alumnat als processos de creació contemporània.

Estructura detallada del taller

1. Punt de partida: manipulació i descoberta en parelles

El taller s'inicia amb un treball de manipulació suau per parelles centrat en el cap. S'introdueix una exploració anatòmica bàsica i sensorial, a través de preguntes com:

- Quant pesa el cap?
- Quina forma té?
- Quina mobilitat té?

2. Activació: conduir el moviment a través del cap

A partir de la manipulació inicial, es proposa una dinàmica on un/a participant condueix el moviment del company o companya mitjançant el contacte amb el cap. Es treballa la idea que el cap no és només un centre de pensament, sinó també un motor i un punt de partida de moviment.

3. Desenvolupament motriu individual: mirada i columna

En una segona fase, la investigació esdevé individual. Es proposa observar la relació entre el moviment dels ulls, del cap i de la columna vertebral. Com es mou la columna quan la mirada canvia de direcció?

Podem iniciar un moviment des dels ulls?

Aquesta exploració reforça la consciència de les connexions internes del cos i amplia la comprensió del moviment com a procés integrat, no fragmentat.

4. Desenvolupament cognitiu individual: ballar i nomenar l'espai.

En l'última part del taller s'introdueix una pràctica de nomenar tot que veiem mentre ens estem movent, amb l'intent d'anomenar totes les coses que entren a la vista des de diferents perspectives: a prop, lluny, amunt, sota (etc.)

5. Tancament: es proposa una dimensió més reflexiva de prova i observació.

- Què pensem mentre ens movem?
- La manera com anomenem les coses influeix en com movem el cos?
- El llenguatge condiciona l'experiència física?

A partir de petites consignes verbals i del joc amb diferents paraules o imatges, es convida els participants a observar si el moviment canvia segons com el descrivim o l'imaginem. Aquesta part connecta directament amb la peça escènica i amb la relació entre filosofia, llenguatge i acció.

L'objectiu no és arribar a respostes tancades, sinó obrir preguntes i fomentar el pensament crític a través del cos.

Contacte

Barbara Capi

633926398

IG [metricabarbara](#)

Web metricabarbara.com

metricabarbara@gmail.com