DOSSIER D'ACTIVITATS

VITAE



El sentit del dossier

Aquest dossier d'activitats ha estat creat per acompanyar l'experiència de l'espectacle Vitae i oferir als centres educatius propostes senzilles per treballar a l'aula alguns dels temes que hi apareixen.

Les activitats poden servir tant per preparar la mirada abans de la representació com per obrir espais de reflexió després d'haver-la viscuda, o bé utilitzar-se de manera independent, segons el context educatiu.

Les propostes no tenen com a objectiu explicar l'espectacle ni donar-ne una lectura concreta, sinó obrir espais d'experiència, de joc escènic i de reflexió a partir de tres grans eixos: el temps, els moments i les emocions.

A qui va dirigit

Les propostes estan pensades per adaptar-se a diferents edats i etapes educatives:

- Educació Infantil
- Educació Primària (primer, segon i tercer cicle)

Organització del dossier

El dossier s'organitza en tres blocs temàtics:

- El temps
- Els moments
- Les emocions

Cada bloc recull activitats que poden combinar-se lliurement.

Al final de cada activitat s'inclou un xicotet apartat amb preguntes o idees per aprofundir, pensat com una invitació oberta i opcional.

Aquest dossier és una eina oberta, que cada centre pot adaptar segons el seu projecte educatiu i el seu ritme de treball.

BLOC 1: EL TEMPS

«*El temps passa més a poc a poc quan parem atenció*.»
William James



ACTIVITAT 1

La percepció del temps

(fitxa imprimible A)

Què es proposa?

Prendre consciència i reflexionar sobre com la percepció del pas del temps canvia segons allò que fem.

Descripció de l'activitat

Aquesta activitat proposa comparar dues accions diferents que duren el mateix temps real, però que es viuen de manera molt distinta. Mitjançant un rellotge de sorra simbòlic, l'alumnat representa com ha percebut el pas del temps, i no quant ha durat.

Com es fa?

1. El docent proposa dues accions:
   - Una acció molt avorrida. Per exemple, mirar un punto fix sense parlar o estar asseguts, en silenci.
   - Una acció molt divertida. Per exemple, jugar lliurement amb companys o moure's amb música.
2. Les dues accions duren exactament el mateix temps real.
3. Després de cada acció, l'alumnat utilitza la fitxa imprimible corresponent per representar com ha percebut el pas del temps.
4. Cada alumne ompli la part de baix del rellotge de sorra segons la seua percepció:
   - molta sorra: el temps s'ha fet llarg.
   - poca sorra: el temps ha passat ràpid.

Reflexionem

- Les dues accions han durat el mateix temps real?
- Els rellotges han quedat iguals o diferents? Per què?
- Què feia que una acció semblara més llarga que l'altra?

ACTIVITAT 2

El temps de l'avorriment i la creativitat

Què es proposa?

Viure un temps de pausa i silenci per descobrir que l'avorriment no sempre és un problema, sinó un estat que pot activar el pensament, la imaginació i la creativitat quan no se'ns donen estímuls immediats.

Descripció de l'activitat

Aquesta activitat convida l'alumnat a experimentar uns minuts en què aparentment "no passa res". L'objectiu és prendre consciència que, en absència d'estímuls externs, el cap pot començar a pensar, imaginar o crear per si mateix.

Com es fa?

1. El docent explica breument: "Ara estarem uns minuts sense fer res."
2. Durant aquest temps no es parla i no es donen consignes.
3. L'aula i els materials hi són presents, però no es proposen com a activitat.
4. El docent acompanya el silenci amb la seua presència, sense intervenir.
5. Quan acaba el temps, es tanca l'experiència amb calma, sense pressa.

Reflexionem

Després de l'activitat, es pot obrir una conversa tranquil·la per compartir l'experiència:

- Heu estat realment avorrits?
- O el vostre cap estava pensant?
- Algú ha imaginat, creat o resolt alguna cosa?
- Què ha passat durant aquests minuts en què "no passava res"?
- Què hauria passat si tot aquest temps haguera estat ocupat amb una pantalla o una activitat dirigida?

No es busca una resposta correcta, sinó posar paraules al que s'ha viscut.
El temps de pausa es pot ajustar segons l'edat i el grup.

BLOC 2: ELS MOMENTS

«No recordem els dies, recordem els moments.»

Cesare Pavese



ACTIVITAT 3

Guardar moments

(fitxa imprimible B i C)

Què es proposa?

Reconèixer els moments importants que apareixen en la vida quotidiana de l'aula i guardar-los com a memòria compartida del grup.

Descripció de l'activitat

Al llarg del dia, a l'aula apareixen moments significatius: un atac de riure, una paraula amable, una emoció compartida...

Aquesta activitat proposa estar atents a aquests moments, atrapar-los de manera simbòlica i guardar-los perquè no passen desapercebuts, reforçant el sentiment de grup i la convivència.

Com es fa?

1. El docent disposa a l'aula d'un atrapasomnis i de flascons de moments, utilitzant les plantilles facilitades (*fitxes imprimibles B i C*).
2. Quan a l'aula ocorre un moment que el grup considera important, qualsevol alumne o el docent, de manera simbòlica, passa l'atrapasomnis suaument per damunt del moment (l'espai, el grup o la persona), com si el capturara.
3. A continuació, el moment es guarda en un flascó registrant-lo amb una paraula, una frase breu o un símbol.
4. Els flascons es poden col·locar en un mural, en una capsa...

Reflexionem

De tant en tant, es pot reflexionar al voltant de qüestions com són:

- Quins moments hem atrapat?
- Per què hem decidit guardar-los?
- Hi ha moments que passen si no estem atents?

Aquesta activitat pot acompanyar l'espai de tutoria al llarg de la setmana, utilitzant els moments guardats com a punt de partida per a converses i reflexions sobre la cohesió del grup.

BLOC 3: LES EMOCIONS

«Els sentiments ens diuen qui som.»

Virginia Satir



ACTIVITAT 4

Reconèixer emocions i posar-les en escena

(fitxa imprimible D i E)

Què es proposa?

Reconèixer, posar nom i expressar les emocions a través del cos i del llenguatge teatral, entenent que totes les emocions són vàlides i que es poden manifestar de maneres diferents.

Descripció de l'activitat

Les emocions no només es diuen amb paraules: es veuen en el cos, en els gestos i en la manera de moure'ns.
Aquesta activitat proposa treballar les emocions a partir del joc teatral, inspirant-se en com treballa un actor o una actriu.

L'activitat es planteja com una única proposta, amb dos nivells d'aprofundiment, perquè cada grup puga arribar fins on li resulte adequat.

Com es fa?

Nivell 1 · Interpretar una emoció

1. Un alumne o alumna es col·loca al centre de l'espai.
2. El docent o un company tria un paperet amb una emoció i el col·loca a la ampolla d'esprai simbòlica (*fitxes imprimibles D i E*).
3. A continuació, s'acciona la botella d'esprai , com si aquella emoció es projectara sobre la persona.
4. L'alumne interpreta immediatament l'emoció amb el cos, sense parlar, utilitzant el gest, la postura i el moviment.
5. La resta del grup observa i intenta endevinar de quina emoció es tracta.

Nivell 2 · Crear una escena

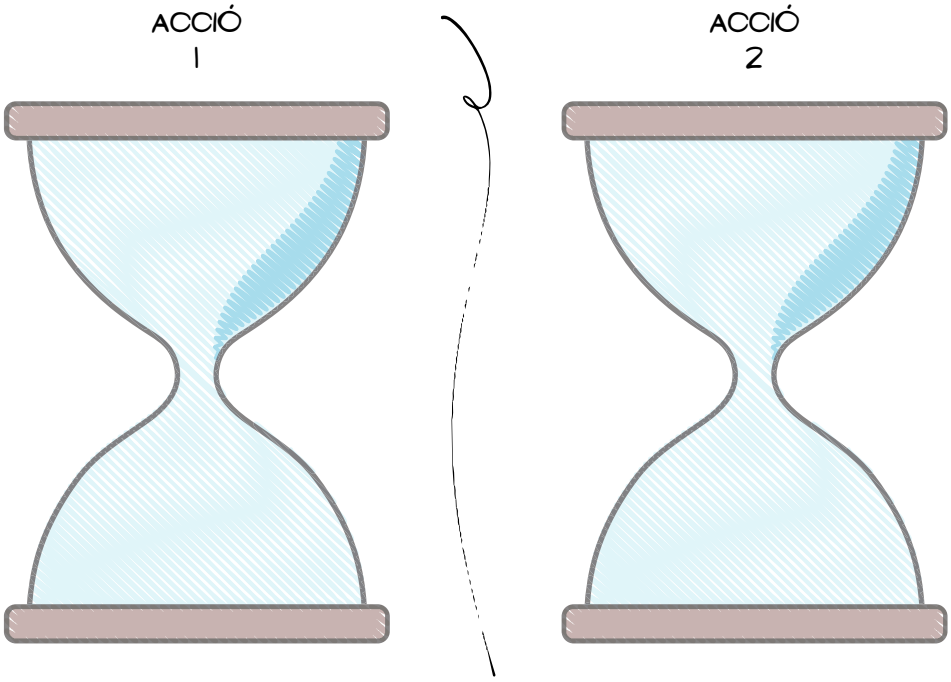
Utilitzant els mateixos paperets d'emocions, es proposa crear una escena teatral breu on es veja clarament l'emoció que ha eixit.
Un xicotet grup representa l'escena davant de la resta (pot projectar-se una emoció diferent sobre cada intèrpret).

Activitat 1

Les dues activitats que has realitzat han durat el mateix temps.

Pinta el rellotge de sorra:

– amb molta sorra, si el temps s'ha fet llarg.
– amb poca sorra, si el temps ha passat ràpid.

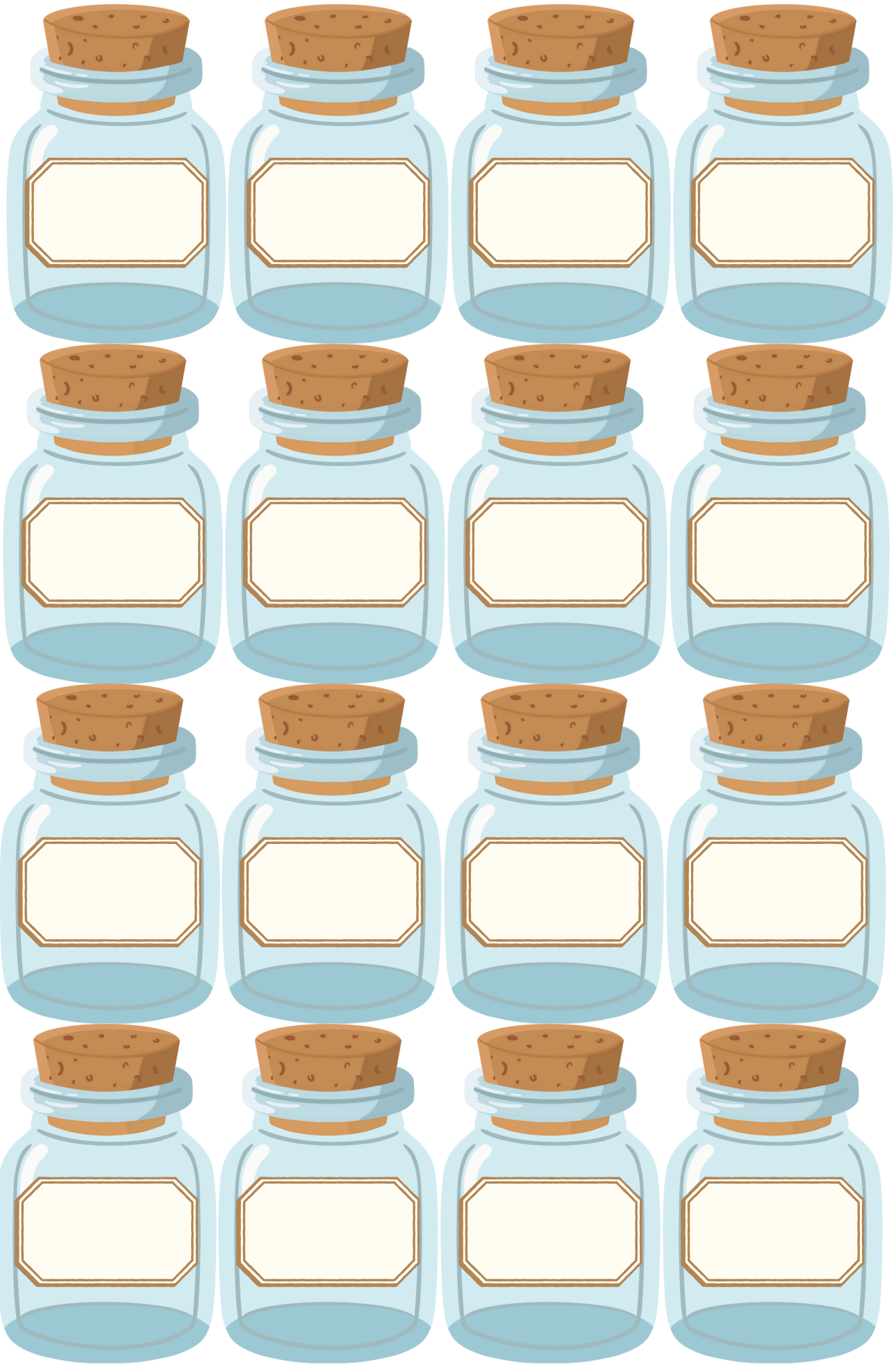


Ara respon:

- Les dues accions han durat el mateix temps real?
- Els rellotges han quedat iguals o diferents? Per què?
- Què feia que una acció semblara més llarga que l'altra?



(fitxa imprimible B)



(fitxa imprimible C)



(fitxa imprimible D)

ALEGRIA

POR

TRISTESA

RÀBIA

VERGONYA

NERVIS

IL·LUSIÓ

ENUIG

CONFIANÇA

ESTIMA

CALMA

AVARÍCIA



Xavi Castelló 658 772 227
xa@xateatre.com
www.xateatre.com
@xateatre
Dossier pedagògic creat per Maria Huesa Arnau