

FITXA PEDAGÒGICA * SENY, PILOTADA I RAUXA *

Tipus d'activitat: Instal·lació lúdica*terapèutica. Animació saludable
A qui va adreçat: per a totes les edats. Menors de 6 anys, acompanyats.



* COS * RIURE * JOC * EMOCIONS * TERAPÈUTIC * EQUILIBRI * CHI * JARA * SENY * RAUXA *



- * **ESPECTACLE DINAMITZAT** Atracció Participativa - Exercicis individuals - Col·lectius - Coreografies
- * **PILOTES** Diversos tamanys per practicar equilibris i jocs
- * **COIXINADA** Joc Final per estimular la dopamina
- * **INSTAL·LACIÓ LÚDICA** Entresort amb Impro Show
- * **ESPAI FAMÍLIES:** Jocs per a Canalla de 0 a 6 anys
- * **MÚSICA EN DIRECTE o AMBIENT** A convenir

Sinopsis

El Seny atura el temps per recuperar l'equilibri del poble.

La Pilotada recupera la memòria corporal cada cop que juguem amb total presència com la canalla.

La Rauxa troba espais per desfogar la ment.

No t'ho miris des de fora, i entra a participar. Que no t'ho expliquin, viu una experiència emocionant des de dins.

Us hi esperem descalços, amb mitjons de colors desaparellats si voleu.



Descripció

Instal·lació d'autor.

Espectacle en format d'Entresort, de durada de 13 minuts, on el públic pot entrar tants cops com vulgui per jugar cap endins i cap enfora.

Les sessions són de 128 minuts màxim.

Un espai experimental on jugar i aprendre consciència corporal, un temps on connectar amb el cos i les persones i una estona dedicada a trobar el seny, l'equilibri i també la rauxa. Un lloc adequat per fluir, jugar i ser.

Del relax a l'adrenalina, l'espai queda ocupat per 88 elements més que faran que les rialles i la distensió apareguin a la plaça

44 metres quadrats

88 elements sorpresa

7 minuts de SENY per jugar a trobar el teu equilibri

6 minuts de RAUXA per desfegar els desequilibris

13 minuts emocionants



Per a festivals d'arts escèniques, cultura al carrer, Animació de festes, fires i mercats, places i carrers, escoles, instituts, empreses i esdeveniments.

Es pot realitzar en un espai interior lliure d'obstacles, com un gimnàs, una sala de centre cívic, un poliesportiu, a l'església sense bancs...

Així en interior pot anar sense el muntatge de les xarxes, només amb el tatami, les boles, les pilotes i els coixins i es crea un altre clima més íntim amb la música sense els inputs i outputs de l'exterior.

LA PILOTADA UN SOMNI DE CARRER



* Relaxat en un espai on la teva cintura tornarà a jugar com quan erem uns infants, provant equilibris des del centre del i cos.

* En homenatge a totes les criatures que hem ocupat espais al carrer per jugar amb un element de joc tan senzill com una pilota i alguna cosa més... la il·lusió, la innocència, l'esperança del canvi cap a un món més relaxat, just i coherent, amb ulls d'infant.

* Quan veiem cartells de prohibit jugar a pilota, ens sorgeixen les ganes de crear espais de relax i de moviment rodons.



Objectius específics

- * Generar un espai que permeti la concentració, la constància i la superació.
- * Entrenar l'equilibri i la consciència de cos.
- * Vetllar pel treball respectuós entre companys.
- * Fer accessible a tothom tècniques automassatge.
- * Treballar la psicomotricitat, la paciència i la concentració per a realitzar una creació individual o col·lectiva fins al final.
- * Complementar la programació d'activitats lúdiques i educatives amb tallers i activitats relacionades amb el circ i els jocs.
- * Potenciar les qualitats físiques i anímiques dels participants.

Metodologia

44 metres quadrats de Tatami
 Xarxa de protecció
 88 elements sorpresa
 8 minuts per jugar a trobar el teu equilibri
 8 minuts per desfogar els desequilibris
 13 minuts emocionants

Format entresort de 13 minuts on el públic pot entrar tants cops com vulgui per jugar cap endins i cap enfora, tant en parelles com en grup. Per programar tant al carrer amb estructura autònoma, com programar també a sala: "La Mini Pilotada de 0 a 3 anys. Espai sensorial"

Es pot realitzar en un espai interior lliure d'obstacles, com un gimnàs, una sala de centre cívic, un poliesportiu, a l'església sense bancs...

Així en interior pot anar sense el muntatge de les xarxes, només amb el tatami, les boles, les pilotes i els coixins i es crea un ambient més íntim amb la música sense els inputs i outputs de l'exterior.

*Hem afegit, si es vol, un punt d'avituallament saludable amb suc natural, fruita i fruits secs per agafar força i així generar debat sobre temes d'hàbits saludables.



----- INDICACIONS -----



ENTRA AMB
ELS MITJONS
SI US PLAU



SEGUEIX LES
INDICACIONS DE
L'SPECIALISTU



AQUÍ
OMPLIREU LES
PILES VITALS



- 7 ANYS
HAN D'ANAR
ACOMPANYATS



ENTRA I JUGA
PASSA I GAUDEIX
SENY I RAUXA



ESPAI DE
RELAX I PER
DESESTRANSAR-SE



ENTREU SENSE
CÒSES A LES
BUTXAQUES



FENT CUA
POTS JUGAR
A UN JOC



UTILITZA
CORRECTAMENT
TOT EL MATERIAL



Tècniques i temes

- * Consciència Corporal: Acrobàcia i equilibris, aprendre moviments bàsics de l'acrobàcia amb el centre de gravetat focalitzat, treballant coordinació i elasticitat del cos en equilibri.
- * Expressió corporal: Fer d'actor, fer de pallaso, fer mim. I finalment, posar consciència en fer servir el cos amb la màxima sensibilitat i expressivitat. activitats d'expressió, exercicis de construcció de personatges i jocs d'actor.
- * Més tècniques i activitats: bufó, teatre, maquillatge, vestuari, globoflexia, arts plàstiques,
 - * Malabars: treballar el ritme, la dissociació, els llançaments, rodaments, l'equilibri, la manipulació. Masses, pilotes, mocadors, anelles, banderes, carioques, diàbolos, pals del diable.
 - * Equilibri: monocicles, xanques de mà, xanques lligades, xanques de pot, plat xinès, rola bola, bola gegant d'equilibri, slackline, cable.

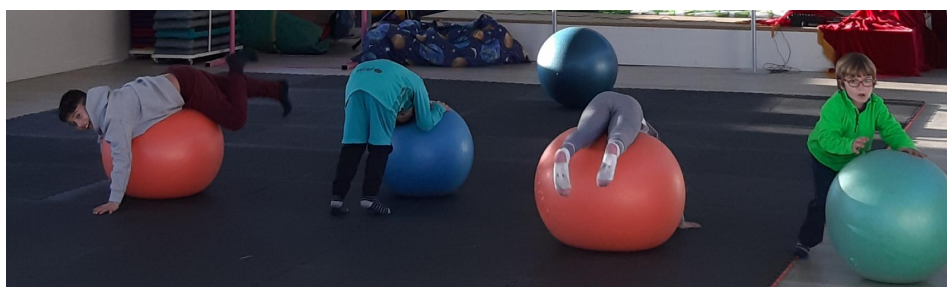
Continguts

- * 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/ Pallasos, els navegants de les emocions. Miralls.
- * Els bufons, trencant esquemes, dient les veritats. Temes tabú
- * Relacionar tots els continguts a 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 desitgin i creguin oportú per al grup.
Ho podem fer més



dinàmic i lúdic.

Fitxa Artística

Susana Giménez: El Seny

Jordi Biarnés: La Rauxa

Alfonso Pardo Lalluvia.com: Músiques en directe

Vestuari: Tete Company

Escenografia: Jordi Biarnés

Estructura ferros: Rubén Solés Jansen Hendriks

Dissenys gràfics: @ulldistret

Video: @contrafilms



Escenografia

L'espectacle transcorre en una habitació creada amb unes xarxes instal·lades amb una estructura autosuficient i modificable de 44 metres quadrats de tatami tou per jugar i caure.

La combinació del vestuari, les pancartes i els diferents objectes de joc que omplen l'espai d'escena, com les pilotes i els coixins del món per somiar et fan entrar endins mentre els de fora també miren endins.

És una instal·lació Entresort, on creem una habitació de 44m² amb xarxes al mig de la plaça i carrers.

També es pot adaptar la instal·lació només amb els 44m² de tatami en una sala tancada i buida, sense objectes pel mig.



El Vestuari

Elaborat amb teles senzilles de cotó adquirim moviments suaus, relaxats i àgils al cos. Elaborat per Teté Company amb la idea original de Jordi Biarnés.

Música

Interpretada en directe amb les bases de Alfonso Pardo Lluvía.com, ens acompanyarà emocionalment cap a on ens porti el joc intern de cada grup.



* Del relax a l'adrenalina, l'espai queda ocupat per 88 elements més que faran que les rialles i la distensió apareguin a la plaça.

* Benvingudes al gran Viatge de l'Equilibri a la Rauxa... un recorregut del que sortireu amb el cos i les emocions canviades gràcies al joc i la comunitat.

* Anys i generacions hem tardat per obrir els ulls, el cor i la ment i així descobrir la tècnica final per relaxar el cos trobant el desitjat equilibri.

* El ioga, el pilates, el circ neixen de les ganes de jugar, de seguir aportant relax, dopamina, sorpresa, il·lusió, risc, màgia, instants de felicitat.