



SESSIONS DE TREBALL: FITXA 5

1. TREBALL PREVI: Piquem de Mans (Atenció i Ritme Col·lectiu)

Títol:	PIQUEM DE MANS
Objectiu:	Captar i unificar l'atenció general del grup.
ACCIÓ	QUÈ CAL FER?
Execució	Els alumnes se situen en rotllana. El coordinador proposa un ritme que s'ha de seguir picant de mans fins crear un ritme col·lectiu.
Pausa	En un moment donat el coordinador deixa de reproduir el ritme i els alumnes l'han de seguir tot sols.

2. COMPRENSIÓ LECTORA: Fluix - Fort (Volum i Control Vocal)

Títol:	FLUIX - FORT
Objectiu:	Treballar el volum i el control vocal.
ACCIÓ	QUÈ CAL FER?
Execució	El coordinador llegirà un text jugant amb diferents volums (veu normal, xiuxiuejant, fort) Els alumnes l'hauran de reproduir.
Focus	Es tracta de projectar la veu, no de cridar.
Variants	El coordinador marcarà els canvis de volum com si fos un director d'orquestra / Llegir el contrari del que marqui el coordinador.

3. JOCS VOCALS : Vibració (Aparell Fonador)

Títol:	VIBRACIÓ
Objectiu:	Treballar l'aparell fonador.

ACCIÓ	QUÈ CAL FER?
Preparació	Drets i amb el cos relaxat, els alumnes col·locaran suaument una de les mans sobre la gola.
Inspiració	Inspirant l'aire pel nas en silenci i lentament, col·loquen la boca en posició de lletra "O".
Expiració	Expirant pronunciaran el so de la lletra "O" llargament fins que s'esgoti l'aire.
Focus	Han de sentir la vibració que produeix l'aire en xocar amb les cordes vocals.
Variants	El mateix exercici, col·locant els dits (índex i cor) a les aletes del nas pronunciant la lletra "N".

4. JOCS CORPORALS: Abraçades Musicals (Confiança Interpersonal)

Títol:	ABRAÇADES MUSICALS
Objectiu:	Reforçar la confiança interpersonal. Establir contacte físic amb els altres.
ACCIÓ	QUÈ CAL FER?
Execució	El grup d'alumnes distribuïts per la sala, començaran a caminar seguint el ritme d'una música. Quan s'atura la música, cada alumne haurà d'abraçar al company que tingui més a prop.
Variants (Emoció)	Abraçar amb: alegria, tristesa i vergonya.
Variants (Nombre)	Abraçar-se 2, 3, 4 o més alumnes al mateix temps / Abraçar-se tots.

5. REFLEXIÓ: Com és? Dibuixa-ho (Expressió Gràfica)

Títol:	COM ÉS? DIBUIXA-HO.
Objectiu:	Facilitar el pas de l'expressió a l'expressió gràfica.
ACCIÓ	QUÈ CAL FER?
Execució	

ACCIÓ	QUÈ CAL FER?
	Al final de la sessió i per parelles els alumnes escullen una paraula que defineixi el treball realitzat i se'ls demana que facin un dibuix representatiu (senzill).
Observacions	(Espai per a notes sobre la creativitat del dibuix i la paraula escollida).