



SESSIONS DE TREBALL: FITXA 9

1. TREBALL PREVI: Bons i Dolents (Tensió Emocional i Corporal)

Títol:	BONS I DOLENTS
Objectiu:	Treballar l'acció-reacció, tensió-distensió emocional.
Execució:	Els alumnes es reparteixen per la classe en parelles . Un serà el bo i l'altre el dolent. Un integrant de la parella intenta intimidar a l'altre amb gestos. Mentre el primer es fa gran i poderós (tensió) , l'altre es fa petit (distensió) .

2. COMPRENSIÓ LECTORA: I tu, com estàs? (Entonació i Emocions)

Títol:	I TU, COM ESTÀS?
Objectiu:	Treballar l'entonació i identificar diferents estats d'ànims.
Execució:	El coordinador llegirà, amb veu neutra , un petit text amb frases que expressin tres estats d'ànims (content, enfadat, avorrit). Els alumnes hauran d' identificar els diferents estats d'ànims del text llegit.
Variants:	Els alumnes expressen diferents opcions anímiques amb les mateixes frases.

3. JOCS VOCALS : La paraula mana (Dicció i Sentit Vocal)

Títol:	LA PARAULA MANA
Objectiu:	Expressar vocalment el sentit de les paraules.
Execució:	Cada alumne dirà una paraula (marcada pel coordinador), que serà repetida per la resta de la classe . Es dirà en el to adequat i acompanyada per l' expressió corporal corresponent.

Observacions:	La dicció de les paraules s'ha d'ajustar el màxim possible al seu significat. Ex: <i>Content, trist, enfadat, afonia, cridar, vibrar, murmurar, xiuxiuejar, gemegar, quequejar...</i>
----------------------	---

4. JOCS CORPORALS : Cos en moviment (Relació Corporal i Creativitat)

Títol:	COS EN MOVIMENT
Objectiu:	Fomentar la capacitat de relacionar-se corporalment.
Execució:	1. Els alumnes s'estiren a terra (columna recta, cames juntes, braços al costat del cos). 2. Amb una música suau, inventen moviments amb tot el cos (braços, cames, mans, dits peus). 3. Quan s'acostumen als moviments, s'han de comunicar entre ells.
Observacions:	Comentar les intencions dels moviments i si s'han entès.

5. REFLEXIÓ: La flor de lotus (Relaxació Final)

Títol:	LA FLOR DE LOTUS
Objectiu:	Finalitzar la sessió amb una relaxació .
Execució:	Al final de la sessió, els alumnes se senten a terra, amb les cames creuades , l' esquena recta , les mans als genolls i els ulls tancats . El coordinador els guiarà en exercicis de respiració lentament.