

Circ, moviment i cohesió grupal

Amb amb Serena Vione i Andrea Martínez

Aquesta càpsula formativa, impartida per Serena Vione i Andrea Martínez d'Encirca't, explora el llenguatge del circ per treballar dinàmiques de grup que fomenten valors com el treball en equip, la cohesió social i l'autonomia grupal.

A través de portés acrobàtics, equilibris sobre objectes i dinàmiques senzilles, ens conviden a explorar reptes que ens permetin construir vincles, assajar la confiança i fer tangible el valor de sostenir i ser sostingut.

Idioma: Català

Duració: 15-20 minuts



Índex de la formació

1. Presentació

- Serena Vione i Andrea Martínez

2. Títol de la proposta: Circ, moviment i cohesió grupal

a. Dinàmiques de presentació

- I. Noms amb inicials
- II. Carrera de cadires
- III. Un món millor

b. Portés acrobàtics

- I. Paquet regal
- II. Tortuga
- III. Taula
- IV. Trec i poso

c. Equilibris

- I. Pesta alta
- II. Un, dos, tres, pica paret

d. Dinàmiques grupals

- I. Pacman cadires
- II. Si jo fos, jo seria

Referències

- Encirca't:
<https://www.encircat.org>
- Serene Vione:
<https://www.instagram.com/serenavione>
- Associació Cultural Esplai de Circ
<https://info695852.wixsite.com/esplaidecirc>
- CIPAC, Centre d'Investigació Pedagògica d'Arts del Circ
<https://www.cipaccirc.org/inici>
- Nilak, espai escènic itinerant
<https://www.nilak.cat/>