

Llums, càmera... *emoció!*

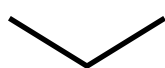


Llums, càmera... *emoció!*



COM ES JUGA?

- 1 — Tots els nens i nenes es col·loquen drets i comencen a caminar lliurement per l'espai.
- 2 — La persona que dirigeix l'activitat els convida a caminar sense parlar, prestant atenció al seu cos, als seus passos...
- 3 — Després, va anomenant emocions senzilles: alegria, por, ràbia, vergonya, calma... Es poden proposar també canvis: caminar més ràpid, més a poc a poc, ocupar més espai, fer-se petit o gran, mirar a terra o mirar endavant.
- 4 — Cada participant representa aquesta emoció amb el cos, la cara, la manera de caminar i els gestos.
- 5 — L'activitat es repeteix amb diverses emocions perquè puguin provar diferents formes d'expressió.
- 6 — Al final, es pot fer una petita posada en comú preguntant quina emoció ha estat més fàcil de representar i quina ha costat més.



Llums, càmera... *emoció!*

VALORS DEL JOC

Reconeixement i expressió emocional: aquesta activitat ajuda que puguin expressar el que senten d'una forma lliure, corporal i creativa. En representar-les amb el cos, comprenen millor com se senten per dins i com es pot veure una emoció des de fora.

Desinhibició: en tractar-se d'una activitat teatral i de moviment, permet trencar el gel a poc a poc. Els nens i nenes poden alliberar-se, perdre una mica de vergonya i sentir-se més còmodes dins del grup.

Respecte: es treballa el respecte cap a les diferents formes d'expressar-se. Cada participant pot representar una emoció d'una manera diferent, i totes les formes són vàlides si es fan des de la cura i sense burles.

Empatia: en observar com altres persones representen una mateixa emoció, aprenen que cada nen o nena pot sentir i mostrar les coses de forma diferent. Això ajuda a mirar els altres amb més comprensió.

Confiança: participar en una activitat expressiva davant del grup pot generar inseguretats. Aquesta dinàmica ajuda a guanyar seguretat a poc a poc, en un ambient lúdic on no es busca fer-ho perfecte, sinó atrevir-se a participar.



COMPARTEIX

Llums, càmera... *emoció!*



#CaixaProinfància
#CampamentsAEscena
#JocsdEstiu
#FundaciólaCaixa