



NOM DEL FORMADOR O ESPAI DE FORMACIÓ QUE PROPOSA EL PROJECTE

TRAPEZI CINEMA

NOM DEL PROJECTE

TALLER DE TRAPEZI

DADES GENERALS

Ubicació geogràfica:

Catalunya

Horari i durada

- horari lectiu i/o extraescolar
- activitat puntual, trimestral i/o anual
- sessió d'1h i 30min

Marc: educació física, tutoria, per una activitat especial dins de l'horari lectiu o activitat extraescolar

Edats indicades: 1r, 2n, 3r, 4t, 5è, 6è de primària, 1r, 2n, 3r, 4t ESO

Nombre de participants: Mínim 10, màxim il·limitat

INFRAESTRUCTURA

Espai necessari:

El taller es pot adaptar tan a exterior (plaça, patí, carrer, parc,...) com a interior (gimnàs, pavelló, aula polivalent,...).

Cal que el terra sigui pla per poder muntar l'estructura.

Espai mín. 4x8m.

Per a espais interiors cal que l'alçada del sostre sigui de 4,5m com a mínim.

Si l'espai interior està proveït d'una biga on penjar els trapezis del sostre, no caldria muntar l'estructura.

Material necessari: estructura de trapezi, trapezis, matalassos, moquetes.

Proveïdor del material: a càrrec de Trapezi Cinema (inclòs en el preu).

CONTINGUTS

- Treball d'introducció al trapezi. Coneixement de la tècnica i figures bàsiques.
- Apropament a una disciplina de circ dintre de les arts escèniques.
- Auto reconeixement del propi cos com a instrument comunicatiu, aplicat concretament a la tècnica dels aeris (trapezi i tela).
- Preparació física adequada per el element a treballar.

Metodologia:

Dos trapezistes dinamitzaran l'activitat i ens ensenyaran la tècnica i les diferents figures que es poden realitzar amb el trapezi fix.

Es realitza un escalfament i preparació del cos de 20/30 minuts.

Es realitza un taller on es fa un apropament a la tècnica dintre d'un ambient lúdic. Es treballen les pujades i baixades del trapezi (cullera, *fuetes*, corbes, seure a la barra, esquadra), la col·locació correcta, i un tast de les figures bàsiques (sirena, aranya, crist, *asomo*,...).

OBJECTIUS

Objectius pedagògics de l'activitat

- Practicar un esport sense competició
- Aplicar tècniques que ajudin a coordinar la lateralitat i que poden servir de suport per a problemes de dislèxia
- Socialitzar, apropar-se al món del circ, treballar la consciència corporal, millorar la seva autoestima, canalitzar situacions d'estrès entre d'altres.

PROFESSORAT

Professora responsable del taller Sílvia Martín + 1 tallerista ajudant

CV mínim dels professors <http://silviamartin.aadpc.cat/>

DADES DE CONTACTE I MÉS INFORMACIÓ

Persona de contacte Sílvia Martín

Mail info@trapezicinema.com

Telèfon 938668202

Pàgina web www.trapezicinema.com

Facebook www.facebook.com/trapezicinema

Vídeos [https://www.youtube.com/playlist?list=PLJkCV8C6ngbXtTuOystiB_sQ-BB6UV-u](https://www.youtube.com/playlist?list=PLJkCV8C6ngbXtTuOystiB_sQ-BB6UV-<u>u</u>)

Activitat de pagament

Aquesta activitat està avalada per la Comissió de Formació de l'[Associació de Professionals de Circ de Catalunya \(APCC\)](#).