



OBJECTIUS ESPECÍFICS

- Experimentar l'expressió de les emocions amb diferents llenguatges no verbals (corporal, gràfic, plàstic, musical).
- Prendre consciència de com les diferents expressions artístiques poden impactar en les emocions de qui les rep.

MATERIAL NECESSARI

- **Campaneta per al Temps m'escolto**
- *Material de reciclatge (rotllos de paper de vàter o de cuina, caps de cartró, brics, safates de cartró o porexpan...)*
- *Pintura de dits*
- *Cinta adhesiva*
- *Pasta de modelatge*
- *Cartolines o papers de colors*
- Músiques per emocionar-se

METODOLOGIA

• Immersió -Temps M'escolto

Busquem una postura còmoda, amb l'esquena recta. Fem tres respiracions profundes per començar l'activitat i fem sonar la campaneta. Ens imaginem que som en un lloc molt bonic de la natura, real o inventat. Traiem una caixa de colors gegants i comencem a pintar el paisatge com més ens agradi. Demanem als infants que, sense obrir els ulls, facin el gest d'agafar els colors i pintar. Per indicar que han acabat, deixaran les mans quietes sobre la falda. Per acabar l'activitat fem sonar la campaneta i fem tres respiracions profundes.



- **Presentació**

Els titelles ens expliquen que no només les persones i les coses ens poden fer emocionar. També la música, el soroll, les imatges i els colors poden fer que dins nostre creixi amb més força una emoció. Si ens expressem, podem transitar millor una emoció que potser ens està fent la guitza. Els titelles ens deixen músiques i ens demanen material per reutilitzar perquè puguem experimentar si movent-nos o expressant-nos ens trobem millor.

- **Observar, escoltar, expressar**

Ens asseiem en rotllana i durant uns minuts escoltem les músiques que ens han portat els titelles. Ens desperten algun sentiment? Ens agafen ganes de moure'ns o bé d'experimentar quietud? Si tanquem els ulls, podem imaginar-nos on o quan quedarien bé aquestes músiques?

- **Experimentar**

Ens movem! Sortim al pati per escoltar les músiques. Podem moure'ns com vulguem sense envair l'espai de l'altre. Només ballem o ens movem amb l'altra persona si aquesta ho vol, però l'objectiu és que expressem el que ens passa per dins de forma personal. En un moment determinat de cada cançó, el mestre o la mestra atura la música i l'alumnat s'ha de quedar quiet com una estàtua. Com sentim el nostre cos? Els peus, els braços, el cap? Seguim amb la música i amb el moviment!

Fem escultures! Entrem un altre cop a l'aula. Hi trobem tot de material preparat perquè cadascú esculpeixi les emocions. Posarem música alegre i ens deixarem inspirar.

- **Compartir**

Ens asseiem en rotllana. Qui vulgui pot compartir la seva obra d'art amb la resta del grup. Com m'he sentit quan ballava? Què he volgut expressar amb la meva escultura?



I PER TREBALLAR EN FAMÍLIA...

A casa, creem un espai per poder expressar-nos quan l'emoció ens ompli. Pot ser un full o un bon tall de paper d'embalar que puguem anar canviant cada setmana. Pot ser un racó d'una habitació on puguem tenir el nostre propi estudi d'escultura. Ha de ser un espai on tots els membres de la família tinguin permís per expressar-se.

