

ACTIVITAT CAPOEIRA

Adreçada a infants de primer en endavant.

Descripció de l'activitat:

L'activitat estarà organitzada en un grup de fins a 15 participants. El nombre mínim de nens per iniciar-la serà de 10 nens.

La Capoeira és un joc de lluita i dansa, d'origen afro-brasilera, on es treballa la coordinació, el ritme, l'equilibri, la força, els reflexes ...

També té una part musical que treballa el cant, el desenvolupament rítmic i l'aprenentatge d'instruments de percussió menor.

El treball en equip, respecte, integració, lideratge i autoestima són valors que treballarem.



Capoeira en la Escuela

Introducción:
Hola, soy Estel.
Soy educadora y profesora de Capoeira.

La **Capoeira** es un juego de lucha y danza, de origen afro-brasileiro, en la cual se trabaja la coordinación, el ritmo, el equilibrio, la fuerza, los reflejos, etc.

Además, también tiene una parte **musical** que trabaja el canto, el desarrollo rítmico y el aprendizaje de instrumentos de percusión menor.

Trabajo en equipo, respeto, integración, liderazgo y autoestima son algunos de los valores que infundimos en nuestro trabajo.

Estructura de la clase:

1. Calentamiento con juegos y música.
Círculo de desarrollo psicomotriz.
Gimnasia de los animales.
2. Movimientos específicos de Capoeira.
Elementos técnicos y acrobacias básicas de suelo. Trabajo individual, en pareja y grupo.
3. Parte musical. Canto y percusión.
Estiramiento y relajación final.

Infraestructura:
Espacio acorde al número de alumnos: gimnasio, sala de motricidad, salón. Equipo de música o altavoz a ser posible.

Estel San Luis
Capoeira Besouro Barcelona.
estelcapoeira@gmail.com - 687534502

Localització i calendari:

L'activitat es realitzarà al gimnàs.

Tots els **dilluns de 16h15 a 17h15**, d'octubre a maig

Organització de les sessions:

Els infants poden berenar de 16h a 16h15. A les 16h els recollirà un monitor a les aules per acompanyar-los al gimnàs.

