

EXTRAESCOLAR CIRC: INICIACIÓ AL CIRC

A qui va dirigit:

Infants de 1er a 6è primària

Dies, horaris

Dijous 17'30-19

Preu i material

22 euros

Per què circ?

El circ és una de les activitats més globals i completes de l'àmbit del moviment. El fet que aquest sigui la suma de diferents llenguatges permet que tothom en trobi un amb el qual pot gaudir, expressar-se i contribuir artísticament al grup.

Per a qualsevol persona i a qualsevol edat, la pràctica del circ estimula de manera molt potent dues grans vessants humanes: la creativitat i les aptituds socials. I evidentment també treballa diferents aspectes físics i corporals que ajuden al desenvolupament i creixement dels infants.

Quins beneficis educatius té?

- **En l'àmbit tècnic**, el coneixement bàsic de les diferents tècniques de circ millora l'esquema corporal i psicomotriu, fomenta l'hàbit de treball autònom i desenvolupa la creativitat, la investigació i la improvisació.
- **En els àmbits afectiu i emocional**, permet adquirir un grau més alt d'expressió i comunicació, un bon nivell d'autoestima i de seguretat en un mateix, promou l'actitud cooperativa dins del grup, afavoreix la capacitat d'esforç, d'assumpció de responsabilitats i alhora potencia el respecte mutu, l'escolta activa i l'observació.
- **En l'aspecte físic**, millora l'equilibri, l'agilitat, la flexibilitat, la coordinació, la força muscular i els reflexes.
- **Pel que fa al lleure**, ens permet augmentar la sensibilitat davant d'expressions artístiques, aprendre a jugar, treballar i conèixer en grup, a gaudir de l'oci de manera creativa i participativa.

Descripció de l'activitat:

Proposem una introducció a diferents tècniques de circ a través de jocs i propostes adaptades a les edats dels infants, per aprendre de manera lúdica. No podem oblidar que l'objectiu principal és gaudir i passar-ho bé.

A partir de l'experimentació amb els diferents elements de circ, cada infant anirà descobrint les seves habilitats i podrà avançar marcant el seu propi ritme.

Les activitats en grup tindran una gran importància, reforçant el treball en equip, la confiança i la solidaritat, al mateix temps que s'evitarà la competitivitat.

Les capacitats físiques (força, coordinació, agilitat, consciència corporal) i psicològiques (concentració, capacitat d'esforç, motivació) evolucionen molt dels 4 als 12 anys. Per aquest motiu, és recomanable poder fer grups on la diferència d'edat entre els alumnes no sigui major a 3 anys, així s'aconsegueix un bon aprofitament de l'activitat i podem ajustar al màxim els exercicis a les capacitats dels alumnes.

→ **Circ 1:** de 1er a 3er

En aquest grup ja comencem a introduir algunes tècniques de circ, combinades amb jocs que els permeten aprendre i adquirir habilitats de manera lúdica. A aquesta edat poden iniciar-se amb figures bàsiques d'acrobàcia, diferents tècniques de malabars (mocadors, manipulació d'objectes,...) i treballar l'equilibri amb el cable o la pilota. També proposem un primer contacte amb les tècniques aèries, a través del trapezi, que permetrà treballar la confiança, la força i la flexibilitat.

→ **Circ 2:** de 4rt a 6è

Amb el grup de grans, podem millorar les tècniques de Circ 1 i enfrontar-se a noves dificultats: malabars amb pilotes, masses i anelles, acrobàcies individuals i en parella, equilibris sobre el rolobola i les xanques, monocicle i tècniques aèries (trapezi i tels).

Qui són els formadors?

L'Associació de Circ Cronopis, disposa de varis formadors amb experiència en activitats de circ per a nens i nenes. Es tracta d'artistes de circ especialistes en diferents tècniques que s'han format tant en pedagogia del circ com en circ social.