

**CIRCO
MOTRI
CITAT**

1

Proposta metodològica

Barcelona, 2023

Autoria

Carolina Liniado Marcos i Serena Vione

Coordinació tècnica

Elies Martínez Codina

Guillermo Vidal-Ribas Belil

Projecte impulsat per

Ateneu Popular Nou Barris

Amb el suport de

Pla de Barris de l'Ajuntament de Barcelona

I la col·laboració dels equips docents de

Escola Bressol El Torrent

Escola Bressol Pla de Fornells

Institut Escola Antaviana

Institut Escola Trinitat Nova

Institut Escola Turó de Roquetes

Llar d'Infants L'Airet

Maquetació

Mercedes Sánchez Rodríguez

Il·lustració

Gus Regalado

Fotografies

Paula Belil Pires

Correcció de textos

L'Entrellat SCCL

Agraïments

Borja Lozano Castro

Escola Congrés-Indians

Institut Escola Trinitat Nova – Espai 3 Ulls

Centre de Recursos Pedagògics de Nou Barris





INDEX

1 PROPOSTA EDUCATIVA	5
1.1. Què és la circomotricitat?	5
1.2. Posicionament	5
1.3. Conceptes clau	6
1.4. Objectius	7
2 L'ACOMPANYAMENT	8
2.1. El paper de les persones adultes	8
2.2. Preguntes freqüents sobre l'acompanyament	10
3 L'ESPAI I ELS MATERIALS	12
3.1. Llistat de materials	12
3.2. Cartes de circomotricitat	20
3.3. Preparació de l'espai	20
3.4. Instal·lació d'aeris i seguretat	21
4 ITINERARI	22
5 LA SESSIÓ	24
5.1. Ritual d'entrada	25
5.2. Experimentació motriu	25
5.3. Activitat de circ	26
5.4. Tancament	27
5.5. Postsessió	27
6 L'AVUACIÓ	28
6.1. L'avaluació inicial	28
6.2. L'avaluació contínua	28
6.3. L'avaluació final	29
7 ANNEX 1: MATERIALS INDISPENSABLES I RECOMANABLES	30
8 ANNEX 2: INSTRUCCIONS PER MUNTAR LES CARTES	31



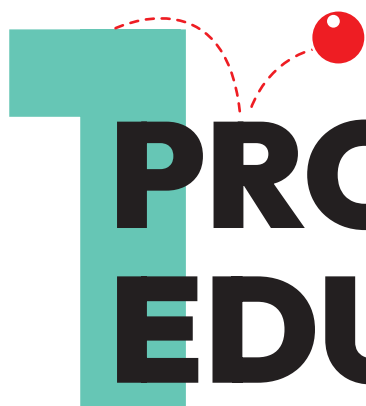
Seguiu el QR per accedir a la pàgina web on descarregar
les cartes de circomotricitat i altres materials.



Seguiu el QR per accedir als videotutorials.

LLICÈNCIA CREATIVE COMMONS
Atribució - No comercial - Compartir igual
(CC BY-NC-SA 4.0)





PROPOSTA EDUCATIVA

La finalitat d'aquesta maleta pedagògica és que al vostre centre educatiu feu un procés de circomotricitat amb un o més grups d'infants entre dos i set anys.

1.1. Què és la circomotricitat?

És una activitat que combina procediments de la psicomotricitat relacional amb elements i tècniques de les arts del circ. Pretén estimular el desenvolupament global dels infants, a més de generar un espai diferent dins l'escola per oferir un temps per gaudir conjuntament i conèixer-vos més.

Aquesta maleta vol plantejar una proposta inspiradora i estimulante tant per al centre educatiu, com per a vosaltres com a professionals. La idea és que, més enllà de convidar-vos a engegar un procés de circomotricitat, us apropieu d'aquells recursos que us semblin interessants i els transformeu i apliqueu com considereu oportú. Si els ajusteu a la mesura de les necessitats i desitjos que tingueu al centre, fins i tot podreu traslladar-los a tot el treball de cos i expressió que porteu a terme.

El procés que us presentem consta d'onze sessions que duren al voltant d'una hora i mitja, tot i que inclou suggeriments per allargar-lo una mica més (fins a catorze sessions). Alhora, us llancem idees per adequar la proposta a la realitat de cada centre educatiu.

1.2. Posicionament

La circomotricitat és una activitat viva i oberta que, si bé presentem sota una forma concreta, té la capacitat i la consigna d'adaptar-se específicament a cada grup d'infants, així com a l'espai en què s'emmarqui.

Aquesta proposta s'ha construït considerant l'**infant com a subjecte de dret**, com a ésser actiu, dotat d'iniciativa pròpia i mereixedor d'una dignitat igual a la de les persones adultes. Partim de la base que cadascú, en funció de l'etapa evolutiva en què es troba, té una manera particular de relacionar-se i de conèixer el món que l'envolta, amb característiques i necessitats específiques. Per tant, entenem que és la proposta educativa que s'ha d'adaptar a la canalla (infants de dos a set anys), i no a l'inrevés.

Aquestes sessions integrades de circ i psicomotricitat es plantegen com un recorregut al llarg del qual l'infant pot conèixer i explorar les disciplines del circ, des del joc i la descoberta. L'infant pot fer aquest procés quan està acompanyat de persones disposades a donar-li temps per a l'experimentació, que respecten el seu ritme individual, però que alhora són capaces d'apropar-li alguns elements tècnics senzills a mesura que els va necessitant.

Per tant, la circomotricitat mira de potenciar la descoberta i l'activitat espontània dels infants en un espai que cal haver pensat i preparat amb antelació. Aquesta metodologia entén el moviment com a eix del desenvolupament en l'etapa de la globalitat i per això procura no interferir, sinó afavorir i facilitar. Es tracta de donar espai a l'expressivitat motriu de cada infant i de permetre que evolucioni al mateix temps que experimenta amb les diferents disciplines i tècniques que conformen el circ. En conseqüència, es busca incentivar la llibertat d'acció per mitjà d'un acompanyament que doni seguretat i resulti motivador per al grup, i que, alhora, pugui incorporar intervencions més dirigides per tal de fer evolucionar l'experimentació dels infants cap a la finalitat educativa de la proposta.

El respecte cap a les necessitats i les característiques dels infants esdevé la guia de l'acció de l'equip docent: respecte pels diferents ritmes de maduració i aprenentatge, respecte per les diverses formes d'aprendre i respecte per les preferències individuals.

Els **trets centrals de la metodologia** proposada són:

- oferir temps d'experimentació lliure amb els materials i espais;
- prioritzar la descoberta;
- mantenir el caràcter lúdic de l'espai i les propostes, situant el joc i el plaer com a motors dels aprenentatges;
- incorporar les activitats de circ amb la finalitat d'enriquir les possibilitats dels infants amb el seu cos, els materials i els espais.

1.3. Conceptes clau

En l'àmbit de la psicomotricitat, l'etapa entre els dos i els set anys s'anomena **etapa global**, ja que es caracteritza per la globalitat en la manera de fer, actuar i conèixer de l'infant. És a dir, les estructures motriu, afectiva i cognitiva de l'infant formen un tot.

Si volem afavorir-ne el desenvolupament, convé que tinguem present el caràcter global de la seva experiència a l'hora d'imaginar el procés d'aprenentatge, atès que només serà efectiu i eficient si totes les estructures de l'infant estan integrades en la vivència de la situació.

Per això parlem de **descoberta**. Consisteix a deixar que els infants s'acostin als materials sense indicacions prèvies i que puguin experimentar-hi i explorar les possibilitats del seu cos en relació amb els materials, que han d'haver estat col·locats estratègicament per facilitar aquest procés de joc. Es tracta d'entrar en contacte amb el material i provar diverses maneres d'interactuar-hi des de l'acció espontània —respectant, és clar, els límits necessaris per a la convivència amb la resta del grup.

Deixar que els infants descobreixin, a la pràctica, vol dir donar-los temps per fer-ho, tenir paciència amb el seu procés i confiar en les seves capacitats.

Això no significa que hàgim d'esperar que l'infant ho descobreixi tot de forma autònoma, sinó més aviat que hem d'entrar en un «diàleg», per mitjà del qual observem la seva manera d'accionar. A partir de veure què li podria anar bé per fer evolucionar el seu joc i les possibilitats del seu cos, podem oferir-li la nostra presència perquè senti més seguretat i anar fent

suggeriments senzills, que tinguin en compte el punt en el qual està l'infant (explicarem més sobre com cal acompanyar els infants al llarg de la sessió en el punt 2, «L'acompanyament»).

De cara a afavorir l'experimentació motriu i, alhora, l'apropament a les disciplines del circ, es fa servir l'**estratègia de rodeig**. Consisteix a fer intervencions sobre l'espai i els materials que puguin incidir de forma indirecta en l'activitat de l'infant. Es tracta de propiciar determinades experimentacions, de convidar a l'acció a través de com preparem l'espai, de quins materials posem a l'abast, de situar-nos com a models i d'oferir algunes consignes obertes que serveixin de font d'inspiració per promoure l'experimentació i la descoberta. Al cap i a la fi, els aprenentatges es produeixen en l'interior de l'infant a partir de la combinació d'una experimentació concreta i de la seva emocionalitat en el joc.

Considerem, a més, que l'activitat és de **caràcter lúdic**. Ens referim a un temps i un espai en què el plaer és la motivació principal per participar, per experimentar a la sala i per apropar-se a tots els aprenentatges que es poden arribar a assolir en el procés de la circomotricitat.

Per acabar, quan parlem del **moviment com a eix central de la metodologia**, ho fem pensant en el fet que els infants entre dos i set anys es troben en una etapa en la qual el desenvolupament motor és central: deixarà empremta en la seva autoimatge, afectivitat, seguretat i, fins i tot, en com es desenvoluparan els aprenentatges posteriors.

1.4. Objectius

L'**objectiu general** d'aquesta maleta és **dotar-vos de les eines i recursos** necessaris perquè aconseguiu implementar amb èxit i seguretat un procés de circomotricitat que resulti nodridor tant per als infants com per a les persones adultes que el faciliteu, més enllà de l'espai i el temps concret de l'activitat.

De forma més específica, trobem objectius complementaris orientats a l'alumnat, l'equip de mestres i el mateix centre educatiu:

Per als infants:

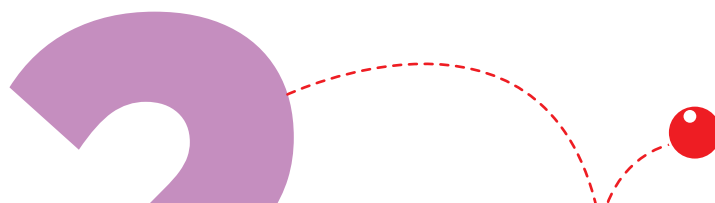
- contribuir al **desenvolupament global** per mitjà de l'experimentació sensoriomotriu;
- vetllar perquè es trobin **segurs i ben acompanyats**, per tal que se sentin motivats i involucrats en l'aprenentatge i visquin la relació amb les persones adultes de l'escola des de la confiança;
- acostar l'**art del circ** als infants, per tal que puguin iniciar-se en algunes tècniques senzillaes i ampliar la seva capacitat d'expressió, de manera lúdica i protagonitzant l'aprenentatge.

Per a l'equip docent:

- ampliar el **ventall de recursos** per acompanyar el desenvolupament global dels infants, a través de l'experimentació de formes diferents d'apropar els coneixements;
- introduir l'estratègia de rodeig per **acompanyar sense dirigir** i descobrir noves maneres de relacionar-se amb els infants al llarg de l'activitat.

Per al centre educatiu en general:

- Redescobrir els materials i els espais de què disposa el centre i adquirir una nova manera de veure'ls, pensar-los i organitzar-los que doni lloc a **nous usos i possibilitats**.



L'ACOMPANYA- MENT

2.1 El paper de les persones adultes

La prioritat en l'acompanyament de la proposta és facilitar un espai segur en tots els aspectes, que afavoreixi la llibertat a l'hora d'experimentar amb els materials i les disciplines de circ. A més, és molt important poder fer intervencions que enriqueixin l'exploració motriu dels infants, i que els permetin créixer tant en relació amb el seu desenvolupament global com amb l'adquisició d'habilitats relacionades amb el circ. Acompanyar també vol dir animar aquells infants que trobin més dificultats, de manera que puguin gaudir de l'activitat i aplicar-hi, si cal, les adaptacions pertinents.

És molt difícil de tirar endavant si hi ha una única persona adulta, sobretot si treballem amb el grup classe sencer. En la nostra opinió, **la situació ideal seria treballar dues persones amb mig grup classe.** Si no fos possible, prioritzaríem el fet de ser un parell d'acompanyants per al conjunt del grup, per dur a terme la proposta amb més garanties de qualitat.

La primera funció de les persones acompanyants és **planificar i preparar els espais.** Si volem afavorir la descoberta, necessitem que el mateix espai convidi a jugar-hi. I aquí cal fixar-se en la seguretat, és clar, però també cal que es produeixi la sensació de risc necessària perquè l'activitat sigui interessant i resulti un repte adequat per a la canalla. Trobareu suggeriments i propostes concretes sobre com podem assolir aquest equilibri al llarg dels documents que recull la maleta.

D'altra banda, serà funció vostra **portar el ritme de la sessió**, així com avisar el grup quan quedi poc temps per canviar d'activitat, perquè els infants estiguin més predisposats a deixar el que estan fent quan arribi el moment. De quines són les parts de cada sessió i com s'ha de definir el temps concret de cadascuna, us en parlarem en l'apartat 5, «La sessió».

Una altra tasca important és el que anomenem post sessió: la **reflexió entre sessions** que us permetrà ajustar tant les propostes espacials com les consignes de les activitats. A més, servirà per avaluar i millorar la vostra manera de participar en l'espai i conviure amb els infants. Sobre aquest punt, i sobre quines poden ser les preguntes que guiïn aquestes reflexions, us donarem recursos concrets al *Llibret 2*, dedicat en detall al desenvolupament de les sessions.

Més enllà d'aquests apunts, **l'actitud fonamental de les persones acompanyants haurà de ser la de presència**. Es tracta d'observar què està passant a la sala, proporcionar seguretat als infants que en necessiten, acompanyar de prop els conflictes i les dificultats que apareguin, i celebrar —en la intimitat que dona la proximitat, sense fer-ne partícip tot el grup— aquells avenços i descobriments interessants de cada infant de la sala.

És important procurar no interrompre l'activitat del conjunt del grup si un infant o un subgrup d'infants fa un joc o un ús del material que no considerem apropiat. Sempre és millor aproximar-s'hi i establir les normes que trobem oportunes amb les persones que les necessiten en aquell moment, en lloc d'intervenir o alterar el ritme de la sessió aturant l'activitat de tot el grup.

D'altra banda, una altra funció com a acompanyants és **generar un diàleg entre allò que fa l'infant i els suggeriments que podeu aportar per tal de fer evolucionar el seu joc i la seva experimentació**. En aquest sentit, us instem a partir de l'observació: us podeu donar una sessió sencera de marge (o potser dues) per dedicar-vos tan sols a observar. Guardeu-vos de fer cap suggeriment, per tal d'assegurar-vos de deixar prou temps perquè els infants esgotin la seva experimentació amb els materials i l'espai abans que comenceu a intervenir. Alhora, aquesta observació us facilitarà esbrinar quin tipus d'intervenció pot funcionar millor en cada cas.

La manera de treballar que us proposem passa per **tenir permís per equivocar-se**: acceptar les errades, tant dels infants com vostres, per poder actuar amb naturalitat i, a la vegada, anar ajustant la facilitació l'activitat a mesura que veieu quin resultat tenen les vostres accions.

A continuació trobareu exemples de diferents maneres d'intervenir sense caure en actituds excessivament «directives».

- **Acostar-nos:** de vegades, apropar-nos a un infant que té una dificultat per dur a terme una proposta determinada pot proporcionar-li la seguretat suficient perquè s'animi a anar més lluny, o per fer que se senti inclinat a demanar-nos una ajuda específica.
- **Posar límits en la forma d'utilitzar un espai o material:** si sempre fan el mateix i creiem que no s'estan permetent experimentar noves possibilitats, podem donar consignes que limitin el que estaven fent, i veure si això fa evolucionar el joc.

Per exemple: imagineu que heu posat un banc com a pla inclinat des d'una espatllera i que tan sols el fan servir com a tobogan. Llavors podeu demanar-los que només hi passin dempeus o de genolls, perquè aquesta regla de joc els porti a provar altres tipus d'equilibris.

- **Apropar materials facilitadors:** un coixí de prisma que faciliti la pujada, per exemple, pot ajudar a superar un repte que en un moment donat és massa complicat per a l'infant.

Entenem que dins l'equip docent de l'escola probablement no hi ha artistes de circ. No patiu: si n'hi ha, millor que millor; però no cal ser-ho ni tenir-ne coneixements previs per encetar un procés de circomotricitat. Per facilitar-vos-hi l'aproximació, en cada sessió de l'itinerari trobareu opcions de muntatge, propostes concretes, jocs i activitats que us donaran un guió per treballar amb cada element de la sala i us ajudaran a entendre com es treballen les disciplines de circ.

Probablement, **a les activitats de circ us tocarà tenir un paper més actiu i directiu**, però mireu de no perdre mai de vista la intenció de deixar espai a allò que els mateixos infants facin a partir de les consignes que proposeu.

2.2 Preguntes freqüents sobre l'acompanyament

Què fem amb els infants que no s'apropen a les propostes?

Hi ha infants que no s'acosten a les propostes, o només a algunes. Això pot passar per diversos motius. L'observació ens donarà la possibilitat de comprendre què els passa i trobar una resposta adequada per ajudar-los a gaudir de les sessions.

Hem de valorar si es tracta d'una qüestió de seguretat, de sensació d'incapacitat, de poca motivació, o qualsevol altra raó. Si no tenim clar què motiva aquesta passivitat davant les propostes, caldrà anar provant diferents tipus d'intervencions, per tal d'afinar-les i acabar trobant una solució.

En tot cas, no es tracta d'obligar ningú a fer res, sinó d'aconseguir trobar alguna cosa que els ajudi a connectar amb el desig propi d'experimentar.

De vegades, es produeix la situació que no és un sol infant qui no s'hi acostava, sinó tot un grup. Aquest fenomen requereix un abordatge diferent, que podria incloure algun límit en relació amb el joc habitual del grup, per convidar-lo així a obrir-se a altres possibilitats.

De tota manera, també hem de deixar marge tant a l'evolució autònoma de cada infant com a la del context global en l'espai, on s'aniran produint situacions que ens oferiran oportunitats diverses. Per exemple, d'acord amb la nostra experiència, el trapezi atrau molts infants els primers dies, però quan la sensació de novetat passa i s'hi acosten menys infants, comencen a atansar-s'hi aquells que potser necessiten trobar-se menys exposats davant la resta del grup per sentir-se segurs.

Per acabar, les activitats de circ que componen la segona part de les sessions poden constituir una empenta suficient per a alguns infants que prèviament no havien interaccionat amb un material donat, de forma que el treball dirigit els proporciona un primer contacte. Moltes vegades, n'hi ha prou amb aquest primer contacte dirigit perquè un altre dia s'hi acostin i l'explorin per iniciativa pròpia.

Què fem quan tenim infants amb necessitats educatives especials (NNE) dins del grup classe?

En qualsevol cas, adaptarem les propostes només quan sigui realment necessari. Oferirem un acompanyament proper per tal d'esbrinar, juntament amb l'infant, quina seria l'adaptació més adequada, treballant sempre des de l'observació i deixant-nos sorprendre per l'infant i les seves habilitats. De fet, la circumstància planteja propostes diverses, cosa que podem aprofitar per conèixer més els interessos, desitjos, pors i habilitats de tots els infants, inclosos els que tenen NEE. Partir de la pregunta «què necessites?» (de forma explícita o no) ens ajudarà molt a acompanyar aquests infants.

Quan es tracta d'infants que tenen autonomia motriu (fins i tot en casos en què aquesta mobilitat els representa un esforç extra), els acompanyarem deixant llibertat motriu i mirant de protegir en tot moment la seva experimentació, en la mateixa mesura que procurarem garantir una convivència adequada amb la resta del grup.

Quan no hi hagi autonomia, mirarem d'adaptar les propostes, partint sempre del desig de l'infant, la seva motivació per provar una proposta o altra, i la seva preferència d'acompanyament per tal d'aconseguir-ho.

Segons quines siguin les seves necessitats especials, un infant pot necessitar un suport molt proper, per temes físics o afectius, i això s'ha de tenir en compte a l'hora de pensar en el nombre adequat d'acompanyants per tal de dur a terme les sessions amb qualitat.

Què vol dir fer evolucionar el joc dels infants?

Es tracta de donar recursos perquè els infants que hi estan preparats facin experimentacions més complexes o, almenys, diferents, i possibilitar que explorin nous reptes i habilitats.

No hem de pretendre que passin a una altra cosa quan encara no hi estan preparats. En canvi, procurarem afavorir allò que, efectivament, fan els infants. És a dir, posarem al seu abast la manera de continuar experimentant amb el mateix per consolidar l'aprenentatge, cosa que potenciarà el seu sentiment de seguretat a l'hora d'avançar cap a nous reptes.

D'altra banda, ens assegurarem que tinguin tots els recursos per fer experimentacions més avançades: cal donar seguretat i confiança, comprovar que l'espai ho permet i suggerir de provar coses noves. El suggeriment, per exemple, podria fer-se posant a l'abast de l'infant una de les cartes de circomotricitat, amb una figura que sigui capaç de replicar en el trapezi, fent nosaltres de models o bé, com s'ha esmentat abans, aplicant noves regles de joc a l'ús d'un element, com haver de passar dempeus per un pla inclinat que l'infant ja controla bé de genolls.



3 L'ESPAI I ELS MATERIALS

Per fer una sessió de circomotricitat cal disposar d'una **sala de psicomotricitat** o d'un **gimnàs**. És essencial que l'espai ofereixi la possibilitat de penjar elements per fer treball d'aeris amb el trapezi o les teles (per a més informació sobre aquesta qüestió, consulteu l'apartat 3.4, «Instal·lació d'aeris i seguretat»). A més, és molt recomanable que compti amb espatlles.

A part d'un espai adient, també necessitareu un **conjunt de materials**:

- els elements de psicomotricitat de què disposeu al centre;
- materials específics de circ;
- cartes de circomotricitat.

És possible vivenciar un procés enriquidor i complet encara que no es disposi de gaires elements: tan sols cal ser creatius amb els muntatges i aprendre a treure suc a la funcionalitat dels materials disponibles. O, fins i tot, podem reciclar i construir elements a partir d'objectes quotidians!

En aquest capítol us presentem els materials que us faran falta, recomanacions a l'hora de muntar les sales i algunes notes importants sobre seguretat.

3.1. Llistat de materials

La circomotricitat us convida a desenvolupar la psicomotricitat alhora que exploreu diverses **disciplines de circ**: equilibris, acrobàcies, salts, aeris, malabars i expressió corporal. Per a cada bloc farem servir un seguit de materials, combinant els elements de psicomotricitat de què disposa el centre amb alguns d'específics provinents del circ.

De tots aquests materials, alguns seran indispensables per dur a terme les sessions de circomotricitat tal com les plantejem a l'itinerari. Altres són tan sols recomanables i poden funcionar com a complement per enriquir l'experiència de l'alumnat amb una major diversitat de propostes i reptes¹.

INDISPENSABLES

RECOMANABLES

¹ També trobareu una taula amb tots els materials classificats segons si són indispensables o recomanables a l'annex de la pàgina 30.

Els **materials de psicomotricitat** que farem servir són:



● **MATALASSOS I MATALASSOS DE SEURETAT** (*quitamiedos*)

els necessaris per cobrir el terra quan treballem aeris, per generar un espai de caiguda per als salts i per assegurar les experimentacions de plans inclinats: rampes, bancs agafats a l'espatllera...



● **MÒDULS DE PSICOMOTRICITAT VARIATS**



● **MÒDUL DE RODA**

● **PILOTA SUÏSSA**



● **BANCS DE FUSTA**

INDISPENSABLES



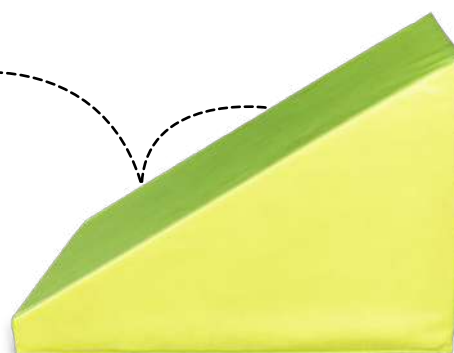
● MÒDUL CILÍNDRIC



● ESCALA DE FUSTA
TIPUS TISORA GRAN



● RAMPA TOBOGAN



● MÒDUL
RAMPA



● PASSARELLA DE FUSTA

Per experimentar amb les **disciplines de circ** necessitarem materials específics que no són els habituals de la psicomotricitat.

Equilibris

Per practicar-los combinarem materials de psicomotricitat (com la pilota suïssa bloquejada amb un mòdul de roda, les passarel·les o els bancs de fusta) i altres propis del circ, que seran opcionals:



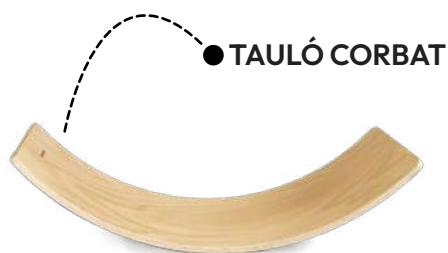
● **CORDA GRUIXUDA**
(8 cm de diàmetre com a mínim, col·locada a terra)



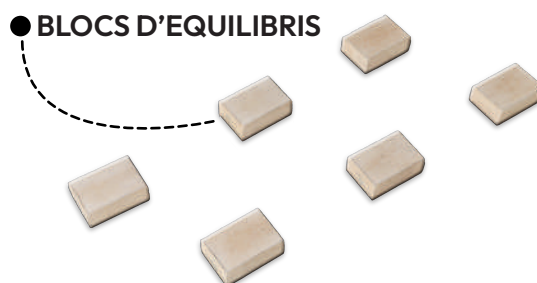
● **BOLA D'EQUILIBRIS**



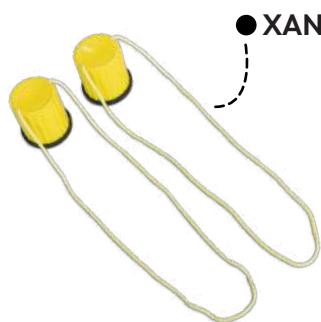
● **BARRA D'EQUILIBRIS**



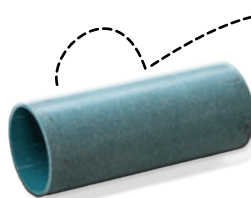
● **TAULÓ CORBAT**



● **BLOCS D'EQUILIBRIS**



● **XANQUES**



● **CORRÓ D'EQUILIBRI**
(Roller)



● **DISCOS TÀCTILS**



● **ESTACIÓ D'EQUILIBRI**

RECOMANABLES

Acrobàcies

Les acrobàcies requereixen poc més que una superfície plana protegida. A més dels materials de psicomotricitat, podem fer servir:

RECOMANABLES



● TRAMPOLÍ DE FUSTA

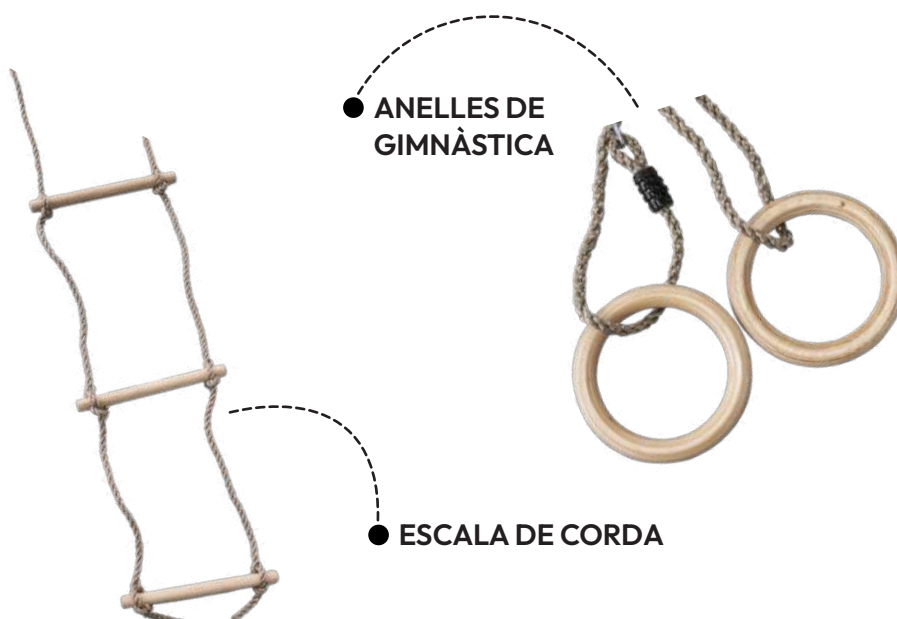
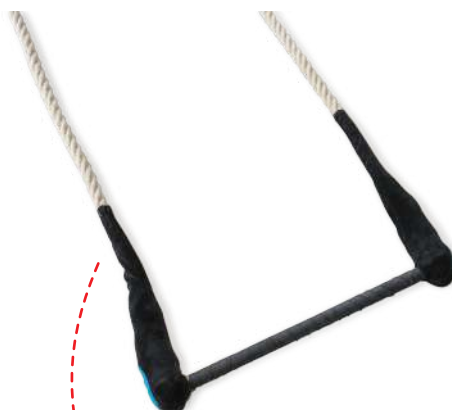
● LLIT ELÀSTIC
TIPUS MINITRAMP



● CIRCUIT DE MANS I PEUS

Aeris

Hi ha diferents tècniques d'aeris que trobem interessant traslladar als infants entre dos i set anys, per a les quals necessitarem:



INDISPENSABLES

RECOMANABLES

Salts

Els salts, més enllà de les possibilitats que ofereixen en relació amb el circ, formen part de les necessitats dels infants en l'etapa global: l'acció de saltar s'orienta a la conquesta dels desequilibris, de la unificació del cos i de l'experimentació de l'alçada, amb tot el que aquestes vivències suposen per a la seguretat corporal i emocional.

També ens serveixen quan treballem amb experimentacions corporals d'alçades i equilibris, perquè aprendre a saltar va lligat amb aprendre a caure, habilitat imprescindible per a moltes disciplines de circ.

Perquè els infants experimentin els salts farem servir els materials de psicomotricitat.

Malabars

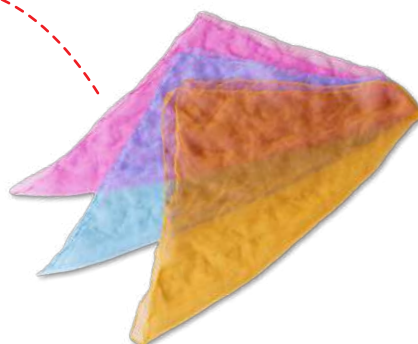
Els malabars són un dels components fonamentals de la circomotricitat. *Al Llibret 2*, en què es detalla el contingut de les sessions, hi trobareu activitats en les quals donarem ús als materials que ara us presentem com a indispensables. Si no en podeu disposar, haureu d'adaptar les propostes. En tot cas, recomanem que disposeu d'una unitat per persona (sobretot en el cas dels mocadors i de les pilotes de malabars) o, com a mínim, de suficients de cada tipus

INDISPENSABLES



● PILOTES DE MALABARS

● MOCADORS

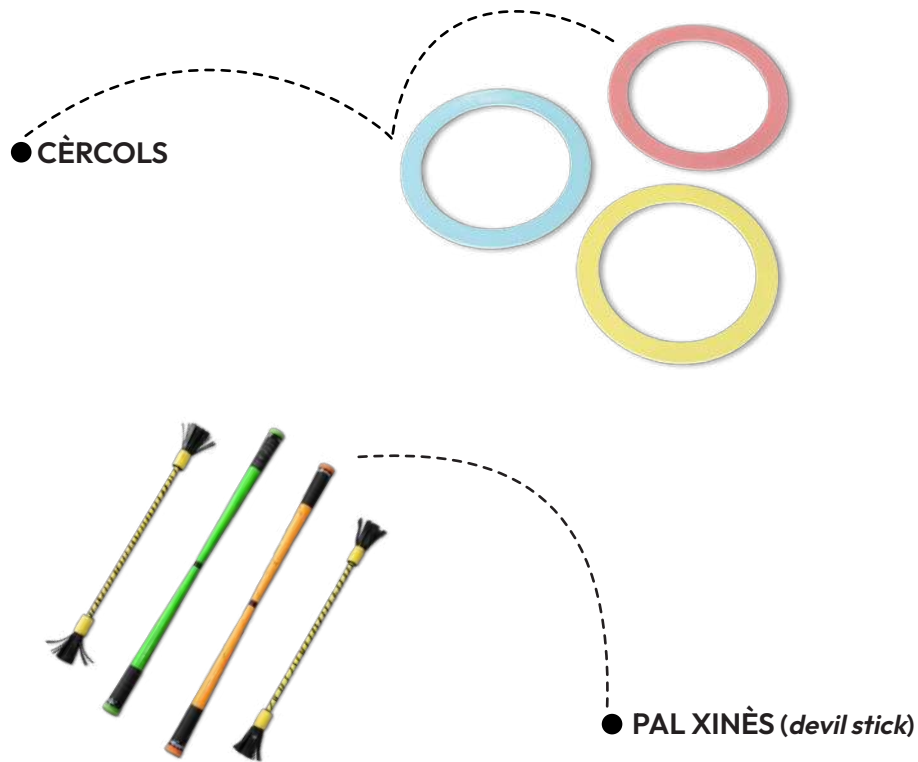


● DIÀBOLO
(sense pals de control)

● PLAT XINÈS
(sense pal de control)



● MACES
(material exclusiu per a l'alumnat
entre quatre i set anys)



Tots aquests materials han de ser aptes per a les mans més petites: si podem, a l'hora d'adquirir material de malabars, escollirem les pilotes, els diàbolos i les masses més petites, que són més indicades per les mans dels infants entre dos i set anys.

El material de circ a vegades té un cost que no podem assumir o no sabem ni com ni on l'hem d'adquirir. Ara bé, tant els malabars com alguns materials d'equilibris es poden construir reaprofitant objectes d'ús quotidià, de manera econòmica i gratificant.

Si construïm els materials amb els infants, no només gaudirem d'una bona estona de treballs manuals i fomentarem la cultura del reciclatge, sinó que després utilitzarem les seves pròpies creacions en les activitats de circ de les sessions de circomotricitat.

Us convidem a buscar informació per internet, on trobareu nombrosos tutorials, i a viure l'experiència d'elaborar els vostres propis materials de circ!

Expressió corporal

Recomanem que acompanyeu les propostes d'expressió amb música, motiu pel qual necessitareu un **equip de so**. Fora d'això, no requereix cap material bàsic, ja que parteix del treball amb les possibilitats expressives del cos.

3.2. Cartes de circomotricitat

La maleta de circomotricitat inclou unes cartes² dissenyades expressament per a la pràctica de diversos moviments i figures vinculades a:

- Acrobàcies
- Piràmides
- Equilibris
- Aeris
- Expressió corporal
- Estiraments



Abans de fer-les servir, us recomanem que mireu el videotutorial de les cartes, en el qual trobareu instruccions per acompanyar els infants mentre juguen amb les cartes d'acrobàcia i les de piràmides.

Al *Llibret 2*, on es detallen les sessions que componen l'itinerari, trobareu instruccions específiques per fer-les servir.

Les cartes incorporen un indicador de nivell (I, II o III), en funció del grau de dificultat de la figura (I és el grau més fàcil i III, el més difícil). Podeu fer servir aquesta distinció per adaptar-les a l'edat dels i les participants. Les cartes d'estiraments i les d'expressió són aptes per a tots els nivells, de manera que no s'hi indica la dificultat.

3.3. Preparació de l'espai

En la circomotricitat, **el muntatge de la sala té un paper clau**, ja que determinarà les possibilitats d'experimentació dels infants. Cada sessió s'articularà d'acord amb els materials que hi hagi a l'abast del grup i als espais d'experimentació que proposeu.

A l'hora de decidir els materials que posem a l'espai, **hem de pensar què volem aconseguir que facin els infants**. Per tant, el muntatge no es pot improvisar: requereix reflexions prèvies i una planificació flexible que pugui acollir les modificacions necessàries per adaptar-se a cada grup concret i a les seves necessitats.

Com que el temps és un aspecte essencial, tenir claredat a l'hora de preparar l'espai ens estalviarà problemes i energia. Ara bé, cal pensar en l'organització de la sala de forma realista: es tracta de trobar un equilibri entre treure profit al material disponible i mirar de simplificar la feina que pot arribar a suposar el muntatge.

Què hem de tenir en compte a l'hora de preparar la sala?

- A l'hora de decidir els materials que posem a l'espai, hem de tenir clar què volem aconseguir que facin els infants.
- Ens assegurarem que els materials i el muntatge s'ajusten a les possibilitats del grup. Han de plantejar una dificultat adequada: que resulti motivadora i, a la vegada, assumible.
- Procurarem que la sala ofereixi possibilitats d'experimentació diverses, ja que això garanteix que tots els infants puguin trobar alguna cosa que els motivi.
- Mirarem que l'espai permeti experimentar còmodament amb els materials proposats: segons la mida de la sala podrem disposar de més o menys racons d'experimentació.

² Consulteu l'annex 2, a la pàgina 31, per descobrir com imprimir i muntar les cartes de circomotricitat.

- Mesurarem que la quantitat d'espais d'experimentació i les possibilitats motrius que ofereixen s'adeqüin a la quantitat d'infants, per afavorir una certa harmonia i evitar els temps d'espera.
- En totes les propostes vetllarem per la seguretat dels infants. Cal protegir adequadament les possibles caigudes amb matalassos i, en especial, assegurar les propostes d'aeris (vegeu el punt següent, 3.4, «Instal·lació d'aeris i seguretat»).

Al *Llibret 2* hi trobareu indicacions específiques per preparar i muntar l'espai de cada sessió, que haureu d'adaptar a la realitat material del vostre centre.

3.4. Instal·lació d'aeris i seguretat

Per fer servir elements d'aeris, és indispensable que a l'espai on duem a terme les sessions de circomotricitat s'hi puguin penjar elements com un trapezi, teles o escales de cordes.

Algunes informacions importants sobre els aeris de circ i els sistemes d'ancoratge:

- Cal **revisar les instal·lacions i els materials aeris amb periodicitat**, com a mínim, un cop a l'any. En cas que diverses persones facin servir el material, convé revisar-lo amb més freqüència.
- El **punt d'ancoratge** ha de poder aguantar la CMU (càrrega màxima d'utilització) suficient: normalment és de 22 kn (= material d'escalada), que equival a 2.200 kg.
- El punt d'ancoratge ha de tenir una **alçada mínima** de 2,5 metres.
- El material aeri sol tenir una **vida útil** de cinc anys, en funció de les hores d'utilització.
- Els **aparells de seguretat** (mosquetons, mallons i qualsevol altre material metàl·lic) no han de rebre cops ni caure a terra des d'una alçada d'1,5 metres o més: en aquest cas, s'hauran de substituir.
- Les **cordes** que fem servir per penjar aeris són cordes estàtiques. Les cordes dinàmiques tenen una elasticitat que no ens permet treballar amb seguretat. Demaneu la fitxa tècnica de la corda quan la compreu. El diàmetre ha de ser de 10 o 12 mm.
- Quan compreu una **tela** per fer aeris ha de ser elàstica en la direcció de l'amplada, no de l'alçada. La tela que es fa servir normalment es diu «punt de seda» i es ven per metratge. Quan la demaneu heu de comptar els metres que hi ha entre el terra i el sostre on la penjareu, multiplicar-los per dos (la tela es penja doblegada per la meitat) i sumar-hi un metre perquè hi hagi sobra a terra. Així tindrem joc per crear el nus gronxador perquè els infants hi facin acrobàcies.
- El **trapezi** es compra ja preparat. Per a infants entre dos i quatre anys la barra ha de ser de màxim 45 cm de llargada, mentre que per a infants entre cinc i set anys pot arribar fins als 60 cm. La llargada de les cordes ha de ser adequada a l'alçada del sostre de la sala i a l'alçada a la qual voleu que es penguin els infants (es pot idear un sistema de politges per poder-lo muntar a diverses alçades, depenent de les possibilitats de cada espai). El trapezi es pot penjar en dos punts o en un de sol: valoreu-ho, en funció del model que feu servir i dels punts d'ancoratge de què disposeu.

Per a més informació sobre seguretat i muntatge dels aeris, us recomanem que mireu el videotutorial corresponent.

4 ITINERARI

Us proposem un **itinerari amb variacions segons l'edat dels infants: entre dos i quatre anys o entre quatre i set anys**. Tot i partir de la mateixa estructura bàsica, les adaptacions permeten ajustar l'itinerari a les necessitats i possibilitats de cada franja d'edat.

Us fem una **proposta bàsica d'onze sessions** que consta d'una sessió inicial de descoberta, tres cicles de tres sessions en les quals prioritzareu un tipus d'experimentació concreta (posant el focus en aeris i alçades, equilibris o acrobàcia) i, en darrer lloc, una sessió de tancament.

En la sessió 1 es tracta de presentar l'activitat al grup i organitzar l'espai perquè hi hagi una mica de tot, a tall de tast multidisciplinari. És una sessió per observar què fan els infants amb els diferents espais i materials proposats i esbrinar quins generen més interès a cadascú. A més, s'aniran establint les normes necessàries per estar còmodes en l'espai.

Després s'introdueix una sessió on es prioritzen els aeris (el trapezi i les teles) i les alçades, seguida d'una sessió en què predominen les propostes d'equilibris. En la tercera sessió afavorim la pràctica de les acrobàcies. Aquest cicle de tres sessions es repeteix tres vegades, procurant que en cada tongada evolucioni una mica el muntatge de la sala i la dificultat dels reptes. Així mateix, hi incorporarem altres racons que complementaran la pràctica principal.

El procés finalitza amb una sessió de tancament on, de nou, s'ofereix una sala amb propostes diverses.

Ara bé, **us animem a anar una mica més enllà** i afegir, després de cadascun dels cicles intermedis de tres sessions, una quarta sessió elaborada autònomament per vosaltres, dissenyada a partir de les observacions que hàgiu anat fent del grup. Per tant, es tracta de sumar-ne tres a les onze que us donem, arribant a **un total de catorze sessions**. Aquesta ampliació us permetrà particularitzar més el procés, explorar la vostra creativitat en el muntatge de sales i donar més temps als infants per gaudir i aprendre amb la circomotricitat.

Us recordem que no és obligatori complir amb tota la programació, no us aclapareu: gaudir i aprendre del procés hauria de ser prioritari. Doneu-vos temps per preparar les sales, observeu com gaudeixen els infants i identifiqueu què n'estimula l'experimentació. Sigui amb més o menys sessions, us plantejem una proposta com a punt de partida i us encoratgem a dibuixar el vostre propi itinerari: els protagonistes de la circomotricitat sou vosaltres i el vostre grup classe.

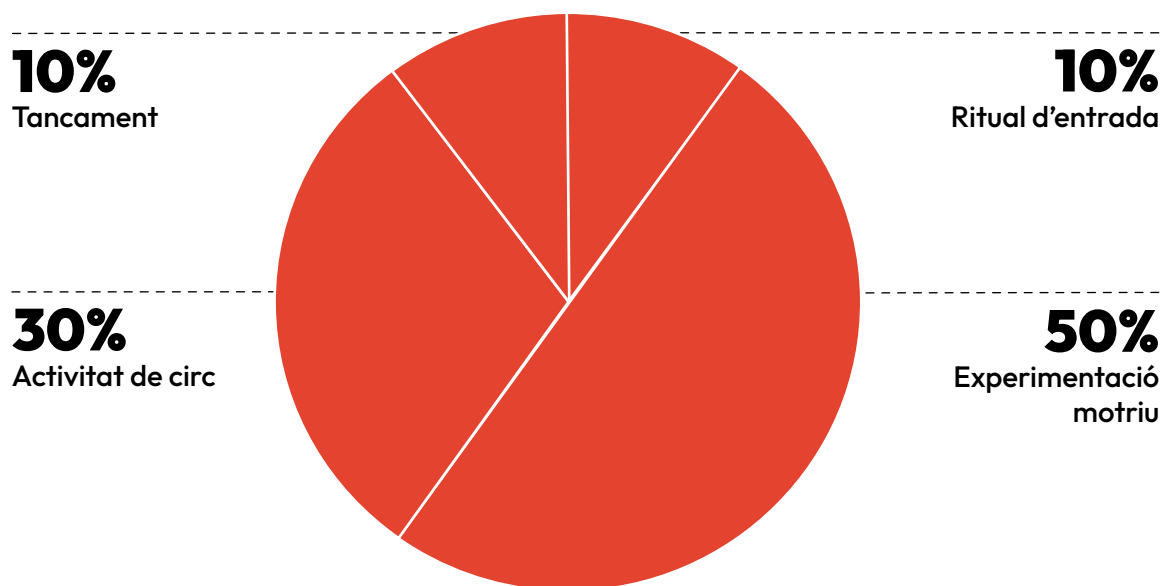
Al *Llibret 2*, hi trobareu la descripció detallada de cada sessió i les adaptacions per a cada franja d'edat (2-4 i 4-7 anys).

BLOC 1					
SESSIÓ	1	2	3	4	5
FOCUS	MULTI DISCIPLINARI PRESENTACIÓ	AERIS i ALÇADES	EQUILIBRIS	ACROBÀCIA	LLIURE
ALTRES RACONS					
BLOC 2					
SESSIÓ		6	7	8	9
FOCUS		AERIS i ALÇADES	EQUILIBRIS	ACROBÀCIA	LLIURE
ALTRES RACONS		+ equilibris + malabars	+ aeris + malabars	+ malabars	
BLOC 3					
SESSIÓ		10	11	12	13 14
FOCUS		AERIS i ALÇADES	EQUILIBRIS	ACROBÀCIA	LLIURE MULTI DISCIPLINARI CLOENDA
ALTRES RACONS		+ equilibris + malabars + acrobàcia	+ aeris + acrobàcia + malabars	+ aeris + malabars	

5 LA SESSIÓ

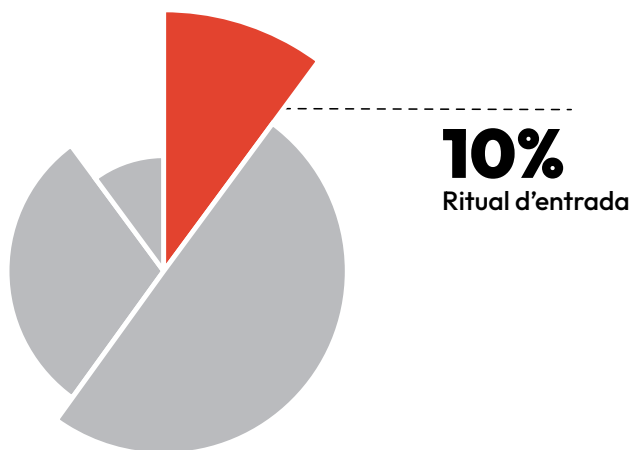
Les sessions de circomotricitat estan dissenyades per durar d'**una hora i quart** (per als infants més petits) a **una hora i mitja** (per als mitjans i grans).

Cada sessió està dividida en quatre parts: un ritual d'entrada, un temps d'experimentació motriu, una activitat de circ i un tancament.



Segons l'edat dels infants, les activitats de cada part poden contenir variacions, que trobareu detallades al *Llibret 2*. Per exemple, en el cas dels infants més petits, l'activitat de circ no constituirà un bloc diferenciat de l'experimentació motriu, sinó que es combinaran els temps de totes dues parts per oferir-les de manera simultània.

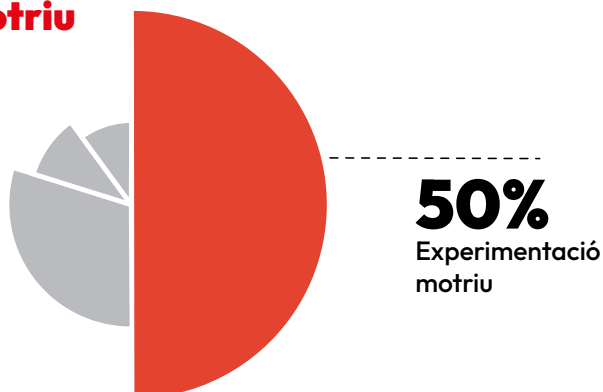
5.1. Ritual d'entrada



Serà un **espai de trobada inicial**. Es pot emprar per fer presents tots els membres del grup (anomenant si cal, les persones que aquell dia no hi són). També serveix per preparar-nos per a l'activitat (treure'ns les sabates, per exemple), presentar els materials que es faran servir, detallar normes específiques, situar les expectatives de la sessió i fer un petit escalfament. En aquest sentit, al *Llibret 2* hi trobareu propostes de jocs d'escalfament, que podeu fer servir si disposeu de temps suficient.

Aquesta primera part ens ubica en l'espai, en l'activitat i en el grup. Alhora, ens permet separar l'activitat d'altres espais de l'escola.

5.2. Experimentació motriu



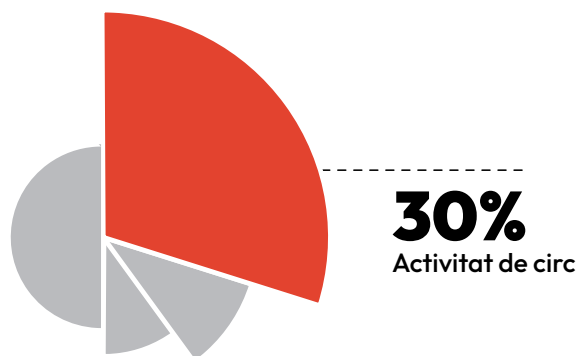
Fet el ritual d'entrada, els infants entren a la sala preparada per a l'experimentació motriu i tenen un **temps per explorar-la de forma lliure**, respectant tres normes bàsiques:

- 1** mirar de no fer-se mal;
- 2** no fer mal als altres;
- 3** tenir cura dels materials i dels espais.

Hi podem afegir la pauta de no desfer el muntatge preparat, tot i que amb infants de dos o tres anys pot ser convenient flexibilitzar aquesta última norma cap al final de la sessió, amb la intenció de donar pas a altres jocs que estiguin en sintonia amb les seves necessitats.

Aquesta part és l'**eix de l'activitat**: permet que els infants es vinculin amb els materials des del desig i les seves capacitats. Els permet descobrir sense instruccions i, alhora, permet a l'equip de mestres observar el punt en el qual es troba cada infant i acompanyar-lo de forma individualitzada.

5.3. Activitat de circ



Després de l'estona d'experimentació, dedicarem un temps a activitats vinculades directament al circ. La intenció és que aquestes activitats, basades en consignes específiques, puguin **enriquir i complementar les experimentacions autònomes dels infants**.

Aquesta part de la sessió l'aprofitarem per fer activitats en grup i per apropar a tots els infants uns coneixements mínims per afavorir les seves experimentacions.

Establirem tres tipus d'activitats, que s'aniran alternant i combinant per oferir als infants la possibilitat de conèixer les diferents disciplines de circ que les sustenten.

- **Descoberta i exercicis amb el material de malabars**

Normalment, en la circomotricitat l'experimentació lliure amb els materials precedeix les activitats guiades o tècniques. Amb els malabars, però, farem una excepció. Per facilitar que els infants en facin un ús que vagi més enllà del joc simbòlic, és important que hi hagin tingut una primera aproximació a través de les activitats de circ.

En aquestes propostes es farà presentació dels materials (nom i ús), es deixarà temps per a la descoberta i es donaran consignes orientades a ampliar el marge de possibilitats en l'experimentació. Podem aprofitar per, a poc a poc, anar transmetent coneixements tècnics relacionats amb els malabars. Després d'haver gaudit d'aquest primer contacte, podrem anar sumant els materials de malabars presentats als espais d'experimentació lliure.

Hem de tenir present que el nostre objectiu final amb els materials de malabars és que els infants manipulin els objectes (els sàpiguen traslladar, fer rodolar, agafar, equilibrar...). El llançament del material serà una progressió que proposarem als infants més grans i hàbils, si s'escau, però no forma part del nostre objectiu prioritari.

No patiu si no heu fet mai circ abans: no cal ser malabarista per ensenyar els infants a llançar i agafar una pilota!

- **Expressió corporal**

El teatre, l'art del clown, el mim... són també llenguatges que formen part del món del circ. Les sessions de circomotricitat inclouen propostes per treballar l'expressió corporal a través de música, contes, personatges, cartes i mimesi, entre altres recursos.

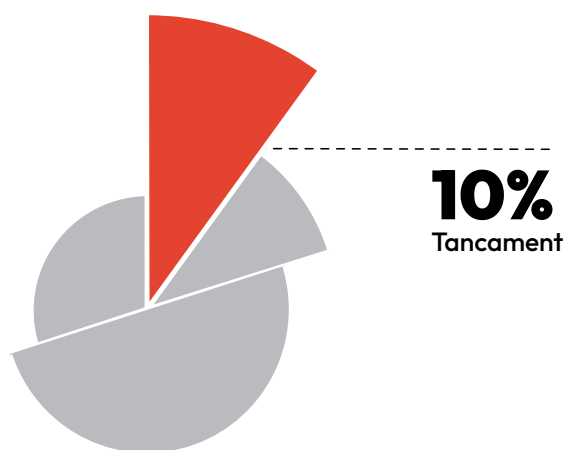
- **Acrobàcia i descoberta de l'equilibri**

Oferirem consignes concretes de moviment corporal, començant amb l'experimentació amb el cos propi, fent ús d'objectes o proposant pràctiques basades en tècniques de circ.

Es poden treballar tant circuits (en els quals s'hagin de fer coses específiques en cada part) com consignes concretes d'equilibris o d'acrobàcia (tombarelles, rodes, etc.).

Al *Llibret 2* hi trobareu el detall de les activitats que podeu posar en pràctica durant aquesta part de la sessió.

5.4. Tancament



Es tracta d'un **moment breu per tancar la sessió de forma conjunta**, en el qual podem recuperar l'ús de la paraula. En aquest espai explicarem situacions viscudes durant la sessió i expressarem neguits, alegries i desitjos que ens emportem de l'experiència. En lloc de la paraula, podem fer servir altres mitjans d'expressió com el moviment corporal, per exemple.

Aquesta última part permet baixar l'energia, recollir les emocions que s'han mogut, fer repàs del que hem viscut i facilitar, d'aquesta manera, que els infants continuïn les activitats escolars amb bona predisposició.

5.5. Postsessió

Ja sense el grup d'infants, es tracta d'un **espai de reflexió** —ubicat entre sessió i sessió, idealment, just en finalitzar l'activitat— **en què participa l'equip docent**.

Serveix per avaluar com ha funcionat la dinàmica general de cada sessió i preveure si cal introduir canvis en les properes.

Al *Llibret 2* hi trobareu preguntes que us guiaran per dur a terme la postsessió.

6 L'AVALUACIÓ

Desitgem que l'experiència amb la maleta de circomotricitat sigui una oportunitat per aprendre i enriquir les vostres pràctiques quotidianes al centre. I, és clar, que resulti una proposta engrescadora, divertida i nodridora per a l'alumnat. Per tal de prendre consciència del que us aportarà aquest procés, us convidem a seguir aquesta avaluació en tres fases.

6.1. L'avaluació inicial

Prendre consciència del **punt de partida** us permetrà detectar transformacions i aprenentatges un cop finalitzat el procés de circomotricitat.

Per això és important que, abans de començar a implementar les sessions de circomotricitat, els membres de l'equip **feu explícites les vostres expectatives**.

Amb els infants de quatre a set anys, si ho considereu oportú, també podeu fer el recull d'**expectatives**: per exemple, en forma de dibuix i diàleg combinats. En tot cas, us aconsellem fer-ho després de la primera sessió, quan ja podran començar a fer-se una idea de per on anirà l'activitat.

6.2. L'avaluació contínua

És important anar valorant què passa a les sessions per tal d'incorporar els canvis necessaris. La idea és que la circomotricitat ofereixi un espai d'aprenentatge per a tothom, incloses les persones adultes que acompanyeu els infants. Per exemple, potser arribeu al final del procés havent après com es treballa a partir de l'estratègia de rodeig.

Una guia útil a l'hora de fer una avaluació durant el procés és **observar si els infants gaudeixen de l'activitat i si aprofiten les diferents propostes espacials** que els ofereix.

Un altre aspecte essencial és **vetllar per la seguretat**. Hem d'avaluar si la sala, tal com està preparada, és realment segura per a les experimentacions. Alhora, però, hem de fixar-nos que la seguretat de l'activitat no restringeixi innecessàriament el marge d'experimentació.

Finalment, el tercer element és considerar **com podem facilitar que les experimentacions motrius dels infants vagin evolucionant**.

Al *Llibret 2*, hi trobareu una fitxa amb preguntes per fer-vos en la **postsessió**. L'estona que dedicarem després de cada sessió a fer aquesta avaluació contínua ens permetrà afinar cada vegada més les intervencions i potenciar l'experiència i l'aprenentatge del grup.

6.3. L'avaluació final

Un cop finalitzat el procés entre onze i catorze sessions, us convidem a contrastar l'experiència amb les vostres expectatives inicials. Es tracta de valorar el grau d'assoliment dels objectius d'aprenentatge de la circomotricitat i fer una reflexió sobre **com aquest procés pot enriquir l'activitat quotidiana del vostre centre**.

Al *Llibret 2* hi trobareu les instruccions per dur a terme aquesta avaluació final, que esperem que us **ajudi a consolidar els aprenentatges adquirits durant el procés**.



7 ANNEX 1

MATERIALS
INDISPENSABLES
I RECOMANABLES

INDISPENSABLES

- Matalassos i matalassos de seguretat
- Mòduls de psicomotricitat variats
- Mòdul de roda
- Bancs o passarel·les de fusta
- Pilota suïssa
- Trapezi infantil
- Punts i sistemes d'ancoratge per penjar aeris
- Pilotes de malabars
(una unitat per persona)
- Mocadors
(una unitat per persona)
- Plats xinesos sense pals de control
(per a la meitat del grup)
- Diàbolos sense pals de control
(per a la meitat del grup)
- Equip de so

Només per a infants de 4 a 7 anys

- Maces
(per a la meitat del grup)

RECOMANABLES

- Corda gruixuda d'equilibri
- Mòdul cilíndric
- Mòdul rampa
- Xanques
- Barra d'equilibris
- Blocs d'equilibris
- Discos tàctils
- Circuit amb siluetes de mans i peus
- Estació d'equilibri
- Tauló corbat
- Corró d'equilibri (*roller*)
- Espatllera
- Trampolí de fusta
- Llit elàstic tipus *minitramp*
- Teles aèries
- Escala de corda
- Escala de fusta tipus tisora gran
- Rampa tobogan
- Anelles de gimnàstica
- Punts i sistemes d'ancoratge complementaris per penjar elements d'aeris

Només per a infants de 4 a 7 anys

- Pal xinès "*devil stick*"
(per la meitat del grup)
- Cèrcols
(per la meitat del grup)
- Bola d'equilibris

8 ANNEX 2 INSTRUCCIONS PER MUNTAR LES CARTES

Les cartes de circomotricitat són un material creat expressament per a aquesta maleta pedagògica. La baralla consta de sis tipus de cartes: acrobàcia, aeris, equilibris, estiraments, expressió i malabars. En el *Llibret 2* trobareu instruccions per fer-les servir durant les sessions amb els infants.

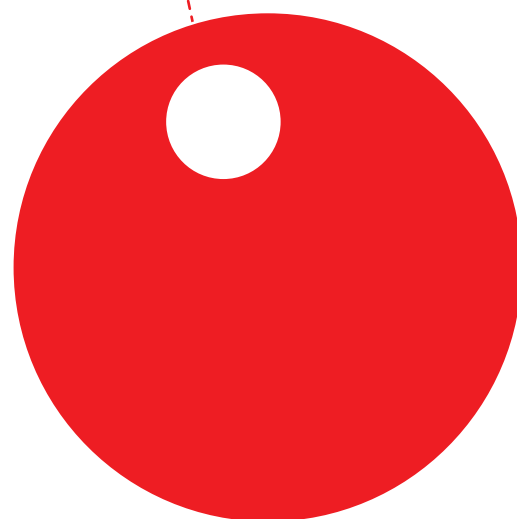
A continuació, us expliquem com descarregar les cartes i preparar-les adequadament per al seu ús:

- 1. Descarregueu les cartes en format PDF** seguint l'enllaç corresponent al portal web on hagueu accedit als materials que componen la maleta pedagògica. També les podeu recuperar a la pàgina web de l'Ateneu Popular 9 Barris: www.ateneu9b.net
- 2. Imprimiu cada pàgina en DIN A4, disposició horitzontal, a mida completa (100%) i a una sola cara.** Si ho feu així, una de les cares del foli hauria de quedar en blanc, mentre que a l'altra hi trobareu la carta sencera (l'anvers i el revers separats per una línia discontinua).
- 3. Doblegueu cada foli per la meitat**, mirant que els extrems quedin ben aliniats. Les cares interiors del foli doblegat haurien d'estar blanc, mentre que a les cares exteriors hi han de quedar l'anvers i el revers de la carta.
- 4. Enganxeu entre elles les cares interiors** del foli fent servir algun material adhesiu (cola, barra d'adhesiu, cel·lo de doble cara, etc.).
- 5. Plastifiqueu les cartes** (mida DIN A5).

I ja teniu a punt la vostra baralla!

Seguiu el QR per accedir
a la pàgina web on descarregar
les cartes de circomotricitat i
altres materials.





**AP9B ATENEU
POPULAR
9BARRIS**

www.ateneu9b.net

Seguiu el QR per accedir a la pàgina web on
descarregar les cartes de circomotricitat i altres materials.

