

Amal

Guía didáctica



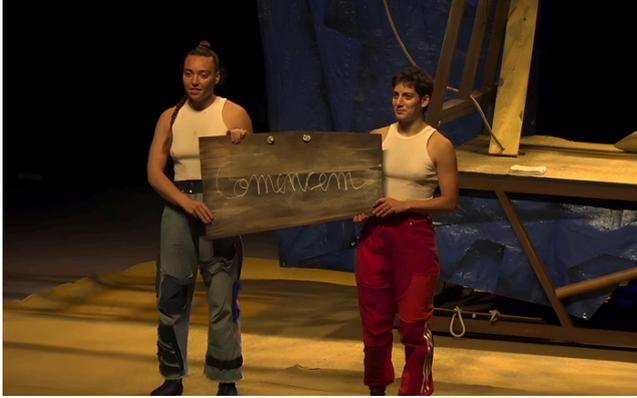
Índice

1. Recopilación de escenas	3
2. Actividades ANTES de ir al teatro	6
3. DURANTE la obra de teatro	7
4. Actividades para DESPUÉS del espectáculo	8
• 1. Amal. ¿De qué estamos hablando?	8
1.1 ¿Qué temas toca la obra?	8
1.2 Hacemos un glosario	8
1.3 Decálogo en materia de migraciones y refugio	9
• 2. Diversidad	10
2.1 ¿Todos somos fruto de migraciones?	10
2.2 Investigamos la diversidad en el aula	10
• 3. Estereotipos, prejuicios y actitudes	12
3.1 "Los catalanes son..."	12
3.2 "¿A quién elegirías para...?"	13
• 4. Sentimiento de pertenencia y proyección de futuro	13
4.1 "¿Puedes nombrar...?"	13
4.2 "Algunas veces el futuro debe imaginarse"	15
• 5. Homenaje a la amistad	16
5.1. El libro sobre la amistad	16
5.2 La amistad dentro de un dispositivo escénico	17
• 6. Fotografiar el movimiento: fusionamos el circo y la fotografía	18
6.1 Fusión de la fotografía	19
• 7. La ciencia detrás del circo y el movimiento	20
7.1 El equilibrio, el centro de gravedad y la base de sustentación	20
7.2 Un cuerpo preparado para jugar	20
• 8. Y tú, ¿qué puedes hacer?	21
Referencias	22
Anexo	23
Ficha Artística	25

1. Recopilación de escenas

1. Preludio

Nos situamos en el espacio, vemos la escenografía, las intérpretes y se da paso al inicio de la obra.



2. Inicio

Conocemos a Amal y su historia y situación a través de un diario del pasado.



3. Llegada

Amal ha conseguido cruzar el Mediterráneo. Ya ha "llegado".



4. Conocimiento y conflicto

Jessica llega a la vida de Amal (o Amal llega a la vida de Jessica). Comienza una situación de hostilidad, de "defender el territorio", por parte de Jessica. Amal se defiende, entran en una situación de rivalidad y competencia, hasta que Amal se hace daño y a Jessica le pesa y decide ayudarla.



5. Amistad y juego

Jessica y Amal empiezan a entenderse y a generar un vínculo de amistad a través del juego.



6. Flashbacks

6.1. "El conflicto se complica"

El conflicto en el hogar de Amal es un conflicto armado, han entrado en guerra, hay personas matando y personas muriendo. Esta escena finaliza con los nombres e historias concretas de personas que están muriendo cerca de Amal.



6.2. Viaje por el Mediterráneo

Vemos las vicisitudes del viaje por el Mediterráneo de Amal.



6.3. La aduana

Vemos cómo Amal se encuentra atrapada en la frontera, declarada ilegal y cómo, finalmente, consigue escapar.



7. De nuevo, la amistad

Retomamos la historia de amistad entre Amal y Jessica y de un posible nuevo inicio de vida.



8. Llegada de la policía y fuga

Llega la policía, Amal y su amiga huyen.



9. Final - Proyección de futuro

"Jessica y yo seremos buenas amigas". Amal



2. Actividades ANTES de ir al teatro

En relación con el contenido y valores de la obra

1. **Repartid un formulario** que puede servir para captar ideas previas, prejuicios o emociones frente a los temas que abordará la obra. Obviamente, pueden adaptarlo a lo que consideren necesario para su grupo o nivel educativo **[Anexo 1]**

2. **Leed noticias** que pueden servir para proporcionar información y seguir viendo ideas y conocimientos previos:



- *Mueren entre 30 y 40 personas que iban en un cayuco hacia Canarias. Diari ara.*
- *Las 4 mentiras sobre migración que más se repiten. 324.* (En Catalán)
- *España unificará sus permisos de residencia y trabajo para acabar con una disfunción histórica. 324.* (En Catalán)
- *18 muertes al día en el mar en el intento de llegar a España. TN de 3CAT.* (En Catalán)

¡Os recomendamos que no hagáis spoilers!

Os proponemos que realicéis las actividades sin decir que tienen que ver con la obra que verán al cabo de unos días o semanas.

En relación con la forma de ir y estar en el teatro

Días antes de ir... Conversad con el alumnado a partir de las siguientes preguntas:

- ¿Cuándo fue la última vez que **fuisteis al teatro**? ¿Qué visteis? ¿Cómo fue todo el ritual de ir y ver la obra?
- ¿Qué **diferencias notáis entre el teatro y el cine**? (Nos interesa que sean conscientes de que los intérpretes están en directo y se dan cuenta de "todo").

De acuerdo con lo que se habrá conversado en los dos puntos anteriores, podéis consensuar **acuerdos para ir al teatro y disfrutar de la función** de manera respetuosa con nosotros mismos, el resto del público, intérpretes y personal que trabaja en la obra y la sala.



3.DURANTE la obra de teatro

DURANTE la obra de teatro...

- ¡Ponemos en práctica los **acuerdos consensuados** y **disfrutamos** de la función!

Si tenemos la suerte de tener coloquio, aprovechamos para preguntar curiosidades o cosa que no sabemos, y escuchamos con atención las preguntas y respuestas de todos.



4. Actividades para DESPUÉS del espectáculo

A continuación presentamos una serie de propuestas para trabajar con el alumnado. Son propuestas variadas que se puede adaptar y escoger según las necesidades del grupo y su nivel educativo.

Asimismo, si tenéis interés en ampliar alguna de ellas o hacer otras, recomendamos que consultéis la lista de referencias.

Hemos redactado la información de las actividades de manera que aparece en **color negro** lo que el alumnado podría leer o escuchar directamente, y en *gris clarito y cursiva*, la información que de entrada es para vosotros.

1. Amal. ¿De qué estamos hablando?

Esta actividad se podría realizar en Cultura y Valores, Tutoría...

1.1. Plantead al alumnado "¿Qué temas toca la obra?" - Hagamos un listado.

[Temporización: 15 minutos]

Temas pertinentes que podrían salir y, en caso de que no, podemos ayudar a que salgan:

- Conflictos y guerra
- Migraciones
- Sentimiento de pertenencia
- Amistad
- ...

1.2. En la obra aparecen una serie de conceptos clave que podemos aprender. ¡Hagamos un glosario! [1]

[Temporización: 45 minutos]

Se realiza con el alumnado, incluso cada uno puede hacer el suyo. Dependiendo del nivel educativo, proponemos que al menos aparezcan las siguientes palabras:

[4 de septiembre] - **"He decidido irme. No sé cómo ni tampoco dónde. Con el corazón roto digo adiós". Amal**

- **Migración:** *El movimiento de una persona o grupo de personas, ya sea a través de una frontera internacional o dentro de un Estado. Incluye la migración de los refugiados, desplazados, migrantes económicos y personas que se mueven por otros fines, como la reunificación familiar.*
- **Emigración:** *Acto de salir de un Estado con el propósito de asentarse en otro. Las normas internacionales de derechos humanos establecen el derecho de toda persona a salir de cualquier país, incluido el suyo. Sólo en determinadas circunstancias, el Estado puede imponer restricciones a ese derecho.*
- **Inmigración:** *Proceso por el que personas no nacionales ingresan en un país con el fin de establecerse en él.*

[21 de julio] - **"El conflicto se complica. Tengo miedo". Amal**

- **Conflicto:** *Un conflicto sería una situación en la que dos o más personas o grupos de personas o naciones, entran en confrontación. Hasta aquí podríamos decir que el conflicto es parte de la vida y que lo importante es encontrar cómo resolverlo de forma pacífica.*
- **Conflicto armado / Guerra:** *Este es el peor nivel al que puede llegar un conflicto. Como su nombre indica, aquí las partes confrontadas utilizan armas y provocan muertes y graves violaciones de los derechos humanos.*

Para ampliar el tema, recomendamos las referencias [2] y [3].

4. Actividades para DESPUÉS del espectáculo

1.3. *Compartimos el “Decálogo en materia de migraciones y refugio” de “Justicia y Paz” [1] y revisamos si entendemos todos los puntos.*

[Temporización: 30 minutos (o una hora según se amplíe la conversación final)]

1. Las migraciones son un hecho histórico, universal e inevitable, connatural en la vida humana. Todos somos fruto de las migraciones.
2. Los fenómenos migratorios de la actualidad son globales, se han intensificado y diversificado. Es necesario, además, tener en cuenta su feminización. Actualmente, existen grandes flujos de migración económica de Sur a Norte, entre países del Sur y de territorios rurales a urbanos. Además, en los últimos años se ha intensificado el número de refugiados y personas solicitantes de asilo en Europa, en parte a causa de los conflictos en Oriente Medio.
3. La pobreza, las desigualdades, las guerras y otros conflictos son las causas que empujan a los migrantes y refugiados fuera de su casa. Por otra parte, unas mejores condiciones laborales o condiciones de vida, y la búsqueda de mayores oportunidades son las características que les atraen de los países de destino.
4. Los países acomodados son corresponsables, en distintas proporciones, en las causas de las migraciones de los países en desarrollo. Además, tienen el deber de la cooperación para el desarrollo y la paz.
5. El derecho a migrar está fuertemente limitado, no está legalmente reconocido. El derecho de asilo está reconocido, pero no siempre se respeta. Los estados tienen derecho y deber de regular los flujos migratorios. Sin embargo, la regulación de los estados no es siempre positiva: son muchas las políticas actuales que priorizan el control de fronteras y su impacto es devastador (mortalidad, clandestinidad, exclusión social, explotación social, tráfico de personas).

6. Las migraciones son un reto y una oportunidad para los propios migrantes, para los países receptores y para los países emisores.

7. Es necesaria una colaboración entre países para regular las migraciones en beneficio de todos. Gobernabilidad mundial/autoridad mundial en materia de migraciones.

8. Las instituciones tienen el deber de respetar los derechos y la dignidad humana. Sin embargo, en todas partes se producen vulneraciones de los derechos humanos de los migrantes por parte de los poderes públicos (detenciones, expulsiones, discriminaciones, vulneración de la libertad religiosa...), así como vulneraciones de derechos de los migrantes en tránsito.

10. La hospitalidad como valor. Es necesario avanzar hacia sociedades más acogedoras y hospitalarias. Es necesario hacer un llamamiento a una actitud abierta de los ciudadanos: conocer, acoger, integrar...

Aquí podría ser un buen momento para conversar recogiendo lo que respondieron en el formulario inicial, viendo si ahora ha cambiado un poco su opinión o no.



4. Actividades para DESPUÉS del espectáculo

2. Diversidad

Esta actividad se podría realizar en **Cultura y Valores, Tutoría, Sociales**, etc.

2.1. ¿Todos somos fruto de migraciones?

[Temporización: 15 minutos]

Leemos o recordamos - El primer punto del decálogo dice: [1]

“Las migraciones son un hecho histórico, universal e inevitable, connatural en la vida humana. Todos somos fruto de las migraciones.”

Discusión - debate: **¿Está de acuerdo?**

2.2. Hablamos de la diversidad en el aula, investigando nuestros propios orígenes y poniéndolos en común. [4]

[Temporización: 15 minutos para explicar un día y 1 hora el día en que se presente la información y se comparta]

Esta actividad tendrá dos partes:

2.2a Recogida de información.

2.2b Puesta en común y conversación.

Recogida de información (I)

Piensa en las personas con las que convives y las historias de sus antepasados, si las conoces, y completa la siguiente cuadrícula:

¿Quién nació fuera (otro país)?	¿En?	¿Habla algún idioma fruto de esta experiencia?	¿Quién ha vivido tiempo fuera (otro país)?	¿En?	¿Habla algún idioma fruto de esta experiencia?

4. Actividades para DESPUÉS del espectáculo

Recogida de información (II)

<p>¿Puedes explicar alguna costumbre o celebración específica que se haga en tu entorno?</p>	
<p>¿Habéis importado costumbres, fiestas o rituales de otros países? En caso de que sí, di cuáles y explícalas.</p>	

El día que el alumnado trae la información proveniente de su historia familiar, nos ponemos en círculo y la compartimos (destacamos la diversidad en el aula, les preguntamos qué les llama más la atención, qué tenemos en común, contamos cuántos idiomas sabemos entre nosotros y nuestros familiares, etc.).

Reflexionamos sobre que, aunque cada experiencia migratoria tiene sus peculiaridades, seguramente hay paralelismos entre las experiencias migratorias vividas por nuestras familias, las historias de migración actuales y la de Amal.

Las fichas con la información pueden quedar colgadas en la pared del aula y se puede colgar un mapamundi donde indiquemos procedencias + lugares donde se ha vivido.

Aquí podría ser un buen momento para conversar recogiendo lo que respondieron en el formulario inicial y ver si ahora ha cambiado un poco su opinión o no.



4. Actividades para DESPUÉS del espectáculo

3. Estereotipos, prejuicios y actitudes [4]

Esta actividad se podría realizar en **Cultura y Valores, Tutoría, Sociales**, etc...

[Temporización: 1 hora entre la actividad 3.1 y la 3.2]

3.1. Nos ponemos en disposición de círculo y decimos: "Los catalanes son..." y cada uno puede completar la frase como crea.

Después de varias intervenciones, posiblemente habrán salido afirmaciones que podemos preguntar si creen que **TODOS** los catalanes que conocen son así. Por ejemplo, si han dicho "tacaños" o "serios", preguntamos si todos los catalanes y catalanas que conocen son así.

Aquí va a salir que **NO**. Podemos hacer notar otros estereotipos que tenemos con personas de otros lugares del mundo (italianos pasionales, alemanes rígidos...).

Explicamos o les decimos que busquen que es un **ESTEREOTIPO**.

Inicio de actividad complementaria:

Devolver los **formularios** que rellenaron antes de ir al teatro, donde existían varias preguntas que hacían referencia a estereotipos.

El estereotipo es una atribución generalizada de determinadas características de algunos miembros de un grupo en su conjunto. Según esto, se atribuyen cualidades a una persona como miembro de un grupo y no se le juzga como individuo. (Myers, 1995).

Los estereotipos suelen tener una base empírica, pero es precisamente la exageración y la generalización indiscriminada por el conjunto de los miembros de una comunidad lo que los convierte en prejuicios. El equívoco radica en su extrapolación, así como su permanencia en el tiempo, ignorando sus particularidades y cambios que se producen entre los sujetos de cualquier grupo.

A menudo, los estereotipos van acompañados de **prejuicios**, es decir, de una predisposición favorable o desfavorable hacia cualquier miembro de la categoría en cuestión. La definición más extendida de prejuicio es la que presenta Allport (1954). Según Allport un prejuicio es una actitud hostil y desconfiada hacia alguna persona que pertenece a un colectivo, simplemente a causa de su pertenencia a este grupo.

¿Qué consecuencias pueden tener nuestros prejuicios?

Nuestros estereotipos y prejuicios, si los extendemos y creemos, pueden llevarnos a tener **comportamientos discriminatorios y racistas**.

¿LO PONEMOS A PRUEBA?

4. Actividades para DESPUÉS del espectáculo

3.2. ¿A quién elegirías para...?

Colocamos al alumnado en grupos de 4. Les planteamos a quién escogerían de entre las personas que tienen en imágenes para las siguientes acciones (pueden repetir perfiles):



1. ¿Para cuidar de tu abuelo o abuela?
2. ¿Para vigilar la puerta de una discoteca?
3. ¿Para alquilarle una habitación de tu casa?
4. ¿Para hacer un voluntariado juntos/as?

Puesta en común y conversación

1. Ponemos en común: *anotamos las elecciones que ha realizado cada grupo y si hay muchas coincidencias.*

2. *Observamos si existen **perfiles más escogidos.***

- *Primera reflexión: existen perfiles con tendencia a que se les atribuyan mejores características que a otros.*

3. *Les preguntamos: **¿Qué atributos personales y profesionales hacen falta para cada una de las acciones planteadas?***

Por ejemplo: para cuidar del abuelo o abuela es necesario que la persona sepa...

- *Segunda reflexión: ¿podemos saber por una imagen si tendrían estos atributos?*
- *Tercera reflexión: los estereotipos, prejuicios pueden llevar a actitudes discriminatorias que nos limitan y perjudican, tanto a los demás como a nosotros mismos/as.*

4. Sentimiento de pertenencia y proyección de futuro

[13 de junio] - **“Me gusta vivir donde vivo y me gusta ser quien soy.” Amal**

[3 de agosto] - **“Me gusta mi casa, me gusta mi tierra, me gusta mi gente. Pero tengo miedo. Quedarme ahí es peligroso. Aquí hay personas que no les gusta lo que pienso, lo que digo y quién soy.” Amal.**

[Temporización: 1 hora entre la 4.1 y la 4.2]

4.1. ¿Puedes nombrar...?

Indagamos el sentimiento de pertenencia del alumnado. Se les entrega un DINA4 plegado por la mitad con dos apartados de preguntas (uno a cada mitad), como se muestra a continuación.

*Recomendamos al profesorado realizar un **vaciado y análisis** de lo que el alumnado escribe (especialmente los tutores/as), así como una **posible conversación en privado.***

Si se detecta algún alumno/a que no puede nombrar a nadie en alguno de los apartados, posiblemente se deban tomar medidas de acompañamiento, especialmente por parte del tutor/a, así como revisar el estado anímico de este estudiante, su entorno, etc.

<p>¿Puedes nombrar a 2 personas adultas de tu vida con quienes te sientes seguro, que te cuidan y creen en ti?</p>	<p>¿Puedes nombrar a 2 compañeros/as con quienes confíes y estés a gusto para trabajar o jugar en el instituto?</p>
<p>¿Cómo te lo demuestran?</p>	<p>¿Por qué te hacen sentir así?</p>

4. Actividades para DESPUÉS del espectáculo

4.2. "Algunas veces el futuro debe imaginarse" [5]

Indagamos cómo nuestro alumnado se proyecta de cara al futuro y su implicación con el mundo:

- Ofrecemos al alumnado la lista de los ODS (Objetivos de Desarrollo Sostenible).
- Les pedimos que elijan 3 y ante esta elección, que expongan cómo podrían contribuir desde su profesión "cuando sean mayores".
- Para ello, rellenarán el siguiente libreto en el que se sitúan en el futuro (y, por tanto, escriben utilizando el tiempo "presente"). En el enlace encontraréis el material descargable y la información de cómo se pliega.
- Recomendamos al profesorado realizar un vaciado y análisis de lo que el alumnado ha escrito (especialmente los tutores/as), así como una posible conversación a partir de las respuestas, que puede ser en gran grupo o en privado.

 <i>"Algunes vegades el futur s'ha d'imaginar."</i>	<i>ODS</i>	<i>ODS</i>	<i>ODS</i>
<i>Sóc...</i>	<i>El meu dia comença...</i>	<i>El que més m'agrada de la meva feina és...</i>	<i>Amb la meva feina voldria contribuir a ...</i>



4. Actividades para DESPUÉS del espectáculo

5. Homenaje a la amistad (I)

Esta actividad podría realizarse dentro de los ámbitos **artísticos** y de **lengua**.

5.1. El libro sobre la amistad:

[Temporización: 3 - 4 horas]

Cuenta alguna historia de amistad que será tu propio libro. Proponemos que este libro tenga una combinación de texto e imagen. La historia puede ser real o basada en hechos reales o ficción.

Para hacerlo: piensa qué quieres contar y haz el borrador.

Para la parte de imagen podéis combinar técnicas, ilustración, pintura, fotografía...

Para el "encuadernado", proponemos que exploréis técnicas de encuadernación manual. Nosotros proponemos el estilo acordeón, pero podéis encontrar otros.

Las creaciones finales se comparten con el entorno que se considere oportuno (compañeros/as, centro, familiares, público en general...). Si queréis, podéis compartirnos lo que habéis hecho a:

baldufa@labaldufateatre.com



Para este y otros estilos de encuadernados hechos a mano, recomendamos explorar la red "Pinterest".



Referente a la parte de imagen: los cuadernos de viaje de la artista **Paula Bonet**, aquí una muestra.



4. Actividades para DESPUÉS del espectáculo

5. Homenaje a la amistad (II)

Esta actividad se podría realizar dentro de ámbitos de **expresión artística** (si se hace teatro, por ejemplo), si no, en **tutoría** o en contextos de exhibiciones públicas de la escuela o instituto.

5.2. La amistad dentro de un "dispositivo escénico":

[Temporización: 30 minutos]

- *Vamos a un espacio amplio como el gimnasio.*
- *Proponemos a la mitad del grupo que salga fuera del aula.*
- *A los que se quedan, les planteamos que se sitúen donde quieran del espacio, con los ojos cerrados, y que empiecen a relatar una historia de amistad bonita que tengan o hayan tenido. Una tarjeta que tendrán a su lado, boca abajo, tendrá el nombre o la referencia de la amistad que se trata. Su misión es, en los próximos 5-10 minutos (una vez se dé paso a la otra mitad del grupo), no dejar de hablar nunca, de manera espontánea, sobre lo que recuerdan de esa persona, de las experiencias vividas, etc.*
- *A la otra mitad se les indica que, una vez los de dentro estén preparados, podrán entrar y acercarse de manera silenciosa y muy respetuosa a quien deseen y escuchar. También pueden mirar, si quieren, qué nombre hay en la tarjeta. Pueden estar todo el tiempo que quieran con la persona que deseen, o ir cambiando, etc.*
- *Después se intercambian los papeles.*
- *Finalmente, todo el grupo en círculo comentamos qué tal la experiencia, tanto lo que hemos recordado de la amistad, como el hecho de exponernos o de ser "espectadores".*

Una artista referente en dispositivos escénicos es **Magda Puig**, por ejemplo en los proyectos "En residencia" con alumnado de institutos [6]



Proyectos de Magda Puig



Proyecto en el Instituto Angeleta Ferrer de Barcelona

4. Actividades para DESPUÉS del espectáculo

6. Fotografiar el movimiento

A lo largo de la obra hemos podido disfrutar de varios juegos, figuras y movimientos propios del mundo del circo. ¿Si quisiéramos retratarlo, como lo haríamos?

En fotografía tenemos dos opciones posibles: mostrar el movimiento en flujo continuo o mostrar su detalle en diferentes instantes. Os mostramos un ejemplo:



De las imágenes anteriores, ¿cuál os ha interesado más?

En arte no hay "bien" o "mal". Todo depende de lo que quieras transmitir.

Si queréis descubrir cómo se regula esta opción, ¡os ayudamos!

1. Localiza en tu cámara la función "velocidad" o "velocidad de obturación" (si tienes un móvil es posible que no puedas regularlo a menos que descargues una app que te lo permita). Quizá en la escuela o instituto tenga cámaras en las que puede regular estos parámetros.
2. Pon **velocidades bajas** (tiempo de exposición largo) para conseguir el flujo de movimiento continuo.
3. Pon **velocidades altas** (tiempo de exposición corto) para conseguir detalles del instante.

Para entender de lo que estamos hablando, haremos un símil entre la cámara y nosotros. Imaginemos que somos una cámara de fotos apagada (cerramos los ojos). En un momento dado queremos tomar una foto, pero queremos que esta foto sea solamente de un **instante** muy concreto, ¿qué haríamos?



Abrir y cerrar los ojos muy rápido, ¿verdad?

La cámara funciona igual, pero ella en vez de párpados lo que abre y cierra muy rápido es el **obturador**, que serían como los párpados de la cámara.

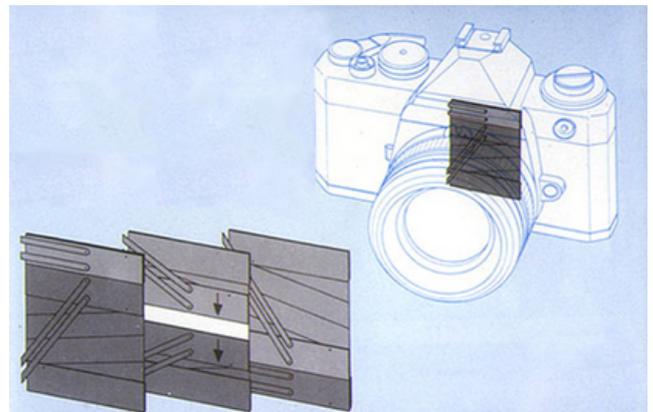


Imagen extraída de [materiales de IOC](#)

4. Actividades para DESPUÉS del espectáculo

Si en vez de una imagen de un instante tienes curiosidad por saber más, ¿qué harías?



Mirar más rato, ¿verdad? Tener los párpados abiertos más rato.

En fotografía sería tener el obturador abierto más rato. Técnicamente, esto se llama mayor tiempo de exposición o que el disparo funcione a una velocidad más lenta, y que, por tanto, se abra y se cierre más lentamente y así tener tiempo de ver más tiempo la imagen o la escena que tiene lugar, pero esta imagen tendrá un flujo de movimiento, no será nítida y detallista como la que se hace en un instante (tiempo de exposición corto, velocidad alta).

Podéis consultar un resumen del tema de la velocidad de obturación aquí [7]

6.1. ¡ ahora... fusionemos circo y fotografía

Esta actividad se podría realizar en el ámbito **artístico** junto con **educación física**.

[Temporización: 2 horas (entre hacer la teoría y las fotografías)]

¿Os animáis a probar algún juego? Aquí encontraréis un **video [8]** donde Laia y Ona os enseñan algunos juegos.

▶ Ir al vídeo

Os recomendamos que antes de realizar esta actividad veáis el siguiente punto 7 y que siempre se haga con supervisión del profesorado.

Y ahora sí, fusionemos el arte del circo con el de la fotografía. ¿Cómo lo querréis fotografiar? ¿Velocidades altas o lentas?

Si queréis, podéis enviar las imágenes resultantes a:

baldufa@labaldufateatre.com

4. Actividades para DESPUÉS del espectáculo

7. La ciencia detrás del cuerpo y el movimiento

Esta actividad se podría realizar en el ámbito **científico** junto con **educación física**.

7.1. El equilibrio, el centro de gravedad y la base de sustentación.

[Temporización: 20 minutos]

Como decíamos en el bloque 6, en esta obra habéis podido disfrutar de muchos juegos propios del circo. Para realizar estos juegos hay algo fundamental: tener estabilidad y equilibrio. Para ello, nuestro cuerpo tiene lo que llamamos **centro de gravedad**.

¿Sabéis dónde se ubica el centro de gravedad? En el abdomen. Y la base de sustentación son los pies. Más o menos delante de los talones.

¿Queréis comprobarlo? Proponemos que desplazéis la base de sustentación de los talones en las puntillas de los pies. Ahora, si no queréis caer, deberéis desplazar el centro de gravedad hacia adelante. Así alineamos el centro de gravedad con este nuevo punto de soporte. Si no te lo crees, ¡compruébalo! Intenta ponerte de puntillas con una pared delante. ¿Puedes?

7.2. Un cuerpo preparado para jugar

[Temporización: 30 minutos]

¿Queréis intentar hacer algún juego del circo? Como decíamos también en la actividad 6, tenéis un **vídeo** con Laia y Ona haciendo unas propuestas con los correspondientes consejos de qué hacer antes (calentamiento) y después de los juegos (estiramientos y comunicación).

“¿Y si no tengo masa muscular puedo hacerlos?” ¡Sí! Lo que será importante a la hora de realizar ciertos juegos, es que el cuerpo tenga un buen tono muscular (no esté demasiado laxo) y en especial, habrá que bloquear las articulaciones en ciertos momentos, como mostramos en la imagen. Esto puede ser más importante incluso que tener mucha masa muscular.



Podéis ampliar esta información con el vídeo de Ona y Laia y también con el programa Quèquicom “Circo: los equilibrios de la ciencia” [9] y con “Ale-hop: la ciencia del circo” [10]. Ambos en Catalán.

4. Actividades para DESPUÉS del espectáculo

8. ¿Y tú qué puedes hacer?

Esta actividad se podría realizar en **tutoría, cultura y valores, sociales...**

8.1. *Escuchamos sus propuestas, ¿ayudamos a que salgan nuevas? ¿Cómo instituto podemos llevar a cabo alguna de sus propuestas o facilitarla?*

- *Revisar tus estereotipos, prejuicios y comportamientos*
 - *Cómo hablo, qué vocabulario, uso, expresiones, etc.*
- *¿Puedo **contribuir** a ayudar en sitios donde existen conflictos, o en mi ciudad, pueblo, barrio, donde haya colectivos desfavorecidos?*
 - *¿Dando a conocer la problemática? ¿Campañas de sensibilización desde la escuela o instituto? - ¿Realizando algún APS?*
 - *¿Realizando voluntariado?*
 - *¿Realizando intercambios?*
 - *¿Colaborando con alguna ONG?*



Exposición colectiva del proyecto "Amares Azielos" donde jóvenes del Centro Penitenciario de Jóvenes han compartido tiempo con personas voluntarias para crear obras artísticas.

<https://montrassa.cat/societat/terrassa-impulsa-projecte-artistic-joves-reclusos-369144/>

Referencias

[1] [Guia pedagógica sobre migracions](https://justiciaipau.org). <https://justiciaipau.org>. (CAT)

[2] Artículo. [¿Qué es un conflicto armado?](#) (Fuente: Amnistía Internacional).

[3] Artículo. [Los derechos de niñas y niños durante un conflicto armado](#). (Fuente: Amnistía Internacional). (CAT)

[4] [Material didàctic per combatre prejudicis i rumors sobre la diversitat](#). Consell comarcal del Vallès Occidental.

[5] [Algunes vegades el futur s'ha d'imaginar](#). Creat per la docent Begonya Folch, de l'Institut Angeleta Ferrer. (CAT)

[6] [En Residència a l'Institut Montjuïc. Silvia Sant](#). En Residència. Artistes als instituts. (CAT)

[7] [Resumen de la velocidad de obturación](#). Dzoom

[8] [Vídeo para la guía didáctica](#).

[9] [Circ: els equilibris de la ciència](#). Programa de TV Quèquicom. (CAT)

[10] [Ale-hop](#), sèrie documental del món actual del circ. 3CAT. (CAT)

Otros recursos de interés

["RECFugiades"](#) APS escolar. (CAT)

Agradecimiento especial a Laia y la Ona por sus materiales, explicaciones, videos y fotos.

Anexo

Formulario

Indica si estás de acuerdo o en desacuerdo con las siguientes afirmaciones. Es un cuestionario anónimo, así que sé todo lo honesto/a que puedas.

-Ver formulario en la página siguiente.

Pasado el cuestionario, el profesorado hace un vaciado de las respuestas y lo guarda para tenerlo como fuente de conversación y discusión más adelante, cuando ya hayamos visto la obra. Hay momentos especialmente adecuados como con las actividades 1.3, 2.1 y 3.1

Proponemos que paséis el formulario de forma anónima y así que el alumnado pueda sentirse libre de ser totalmente honesto. Por tanto, si lo pasáis a un gform de vuestro centro, tendréis que desactivar la opción que registra el correo electrónico desde el que se responde la encuesta.

	Acord	Desacuerdo
(Proponemos que el profesorado lea con el alumnado cada frase para asegurar que se entiende)		
Todo el mundo tiene derecho a tener trabajo y hogar		
Los países deben tener responsabilidad de acoger a personas que buscan refugio		
Cuando llegan inmigrantes a una región, aumenta la diversidad en esa zona		
Hay inmigrantes que llegan a un país, pero no quieren trabajar		
Hay que ayudar a que todo el mundo tenga trabajo, pero primero a quienes han nacido en el propio país. Y cuando no haya paro, en el resto		
Las familias que suben a una patera con criaturas son irresponsables y no cuidan bien a sus hijos/as		
Las personas que llegan ilegalmente deben ser devueltas inmediatamente a sus países de origen		
Cuando voy por la calle siento miedo si un grupo de turistas me pregunta cómo se va a un sitio		
Cuando voy por la calle siento miedo si un grupo de jóvenes inmigrantes se me acerca y empieza a hablarme		
Los catalanes son tacaños pero acogedores con la inmigración		

AMAL. FICHA ARTÍSTICA

Autoría: **La Baldufa:** Enric Blasi, Emiliano Pardo, Carles Pijuan & **Dúo Laiaiona:** Laia Gómez, Ona Vives

Dirección: **La Baldufa**

Composición musical: **Òscar Roig**

Diseño de luces: **Anjos Fernández**

Diseño escenográfico: **Carles Pijuan**

Diseño y confección de vestuario: **Olga Cuito**

Construcción de escenografía: **Juan Manuel Recio, Carles Pijuan, Jaume Serrat**

Intérpretes: **Ona Vives, Laia Gómez**

Voces en off Catalán y Castellano: **Begonya Ferrer**

Producción y Distribución: **La Baldufa**

Fotografía para el material gráfico: **David del Val**

Video promocional: **Laia Navarra**

Guía didáctica: **Míriam Martí**

Coproducción:

FiraTàrrega - Suport a la Creació

Con el apoyo de:

- IntercettAzioni - Centro di Residenza Artistica della Lombardia/Circuito CLAPS
- Generalitat de Catalunya - Departamento de Cultura - ICEC
- Gobierno de España - Ministerio de Cultura y Deporte - INAEM
- Instituto Ramon Llull

Coordinación técnica: La Baldufa | +34 973 281 457 | tecnica@labaldufateatre.com



Espectáculo **FINALISTA** en los **XXVI Premios de la Crítica de Artes Escénicas**, en la categoría **Espectáculo Nacional de Circo**



Companyia de Comediants La Baldufa, SCCL

C/ Músic Vivaldi, 12, baixos

25003 Lleida

baldufa@labaldufateatre.com

www.labaldufateatre.com

+34 973 281 457

