

PROPUESTA EXPERIENCIAS PEDAGÓGICAS PARA LA CREACIÓN CECREA LA LIGUA

NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: Circo en el Aire

NOMBRE FACILITADOR/A (responsable): Juliana da Silva Martins

FECHA: Febrero

N° SESIONES (90 min. cada sesión): 8

MATERIALES REQUERIDOS: trapecio, telas aéreas, mosquetones, eslingas, colchonetas, tatamis, kit primeros auxilios con bolsas de hielo por cualquier eventualidad.

<p>Descripción: En esta experiencia creamos un espacio para jugar, experimentar y crear, aprendiendo técnicas de circo. Vamos explorar los aparatos aéreos como telas acrobáticas y trapecio, desarrollando la conciencia corporal, la coordinación motora y la expresión corporal.</p>
<p>Objetivo general y objetivos por sesión:</p> <p>1.Objetivo General: Desarrollar habilidades psicomotoras en los niños, las niñas y los jóvenes en la creación de secuencias de movimiento a través de la exploración y juego en los aparatos de circo aéreo (telas, lira, trapecio, cuerda lisa), promoviendo así su protagonismo, autovaloración y el desarrollo del trabajo colaborativo.</p> <p>2. Objetivos por sesión:</p> <ul style="list-style-type: none">• Conocerse y generar confianza. Conocer diferentes implementos circenses. Proyectar siguientes sesiones del laboratorio.• Explorar contrapeso y conciencia corporal en aparatos aéreos.• Potenciar la creatividad a través de la exploración de figuras en los aéreos y de la expresividad facial-corporal.• Continuar exploración y aprendizaje en las telas acrobáticas y el trapecio.• Construir secuencia de movimientos para compartir aprendizajes con compañeros y compañeras.
<p>Sesión 1</p>
<p>Objetivo: Conocerse y generar confianza. Conocer diferentes implementos circenses. Proyectar siguientes sesiones del laboratorio.</p>
<p>Actividad o experiencia (qué se espera que harán niños, niñas y/o jóvenes en la sesión)</p> <p>Saludos sin contacto físico a través de abrazos en el aire, toque de codos. Antes de entrar al espacio se explica el protocolo, junto con la importancia de mantener las</p>

distancias físicas, aplicar alcohol gel antes y después de entrar al espacio, antes y después de tocar un implemento.

Presentación inicial con ronda de nombres.

Actividad rompe-hielos: aviones de papel. Cada participante anota su nombre y dos preguntas orientadas a conocer sus compañeros. Con ese papel construyen un avión. A la señal lanzamos los aviones y volvemos a lanzarlos hasta que se mezclen. Luego cada uno recoge un avión que no sea el suyo y contesta las preguntas. Para ir a recoger el papel se generan desafíos físicos como desplazarse girando sobre sí mismos y con los brazos abiertos; saltando sobre un pie sin tocar las líneas del suelo ni ningún compañero, entre otros.

Se van añadiendo cuestiones acerca de los motivos que los llevaron a inscribirse y su experiencia previa con el circo (ojalá anotar lo que van aportando). Con base en la dinámica realizada conversamos brevemente sobre el funcionamiento del laboratorio, los contenidos de las sesiones y el protocolo Covid que debemos seguir.

Compartir planificación de la sesión, para que decidan el orden de las actividades o estación/implemento que quieren explorar. Realizamos calentamiento corporal desde preguntas colocadas a los NNJ y con música rítmica de fondo. ¿Cuántos movimientos puede hacer el cuello? Les participantes van nombrando movimientos que luego todos ejecutan. Proseguimos así con las articulaciones principales.

Se explica el protocolo de uso de los aéreos. Se proponen ejercicios de exploración en las estaciones siguientes: telas aéreas, trapecio, lira, cuerda lisa, organizando los participantes en pequeños grupos que van rotando por los distintos aparatos, promoviendo la colaboración y apoyo mutuo cumpliendo con las normas de seguridad en el uso de los aparatos.

En el último bloque de la clase, ordenamos las colchonetas y los tatamis. Dialogamos sobre la experiencia de la clase y qué les gustaría desarrollar en las sesiones siguientes. Finalizamos con relajación con mantra y algunas posturas de yoga enfocadas en el estiramiento.

Sesión 2

Objetivo: Desarrollar habilidades en aparatos aéreos: explorar contrapeso y conciencia corporal en aparatos aéreos

Actividad o experiencia (qué se espera que harán niños, niñas y/o jóvenes en la sesión)

Bienvenida y saludos con abrazos de aire. Recordamos cuidados preventivos y cada NNJ se aplica alcohol gel en las manos.

En círculo, los participantes de la sesión anterior comentan las actividades realizadas y sus impresiones, junto con su disposición presente. Se genera diálogo incluyendo demás NNJ y se comparte el objetivo y planificación de la sesión.

Como juego de activación, se propone a los NNJ que hagan dos filas, una enfrente a la otra, que determinará las parejas. Uno será el guía y el otro lo sigue. Se miran a los ojos y la idea es seguir los movimientos propuestos por el que guía. Luego cambian de roles. Realizan la dinámica desde espacios dibujados y asignados en el suelo para cada uno.

Continuaremos explorando elementos circenses, primero haciendo posturas y figuras de acrobacia de suelo para desenvolver la consciencia corporal y experiencia de contrapeso (volteretas, avión, equilibrios sobre un pie, etc.) y luego traspasando esta experiencia a los aparatos aéreos.

Recordamos el protocolo de seguridad en el uso de los aparatos aéreos. Cada NNJ se distribuye por los grupos de acuerdo al aparato que quiere trabajar. (Aplicar alcohol gel antes y después de usar el aparato).

Acrobacia aérea: Primero se proponen ejercicios educativos de agarre y suspensión. De acuerdo a la condición física de cada NNJ y conocimientos previos, se proponen figuras y posturas en la tela o trapecio, aisladas o en pequeña secuencia.

Al final nos reunimos y comentamos la experiencia de la sesión, compartiendo impresiones. Luego realizamos ejercicios de elongación y relajación en las colchonetas y proyectamos las siguientes sesiones.

Sesión 3

Objetivo: Desarrollar habilidades en aparatos aéreos. Potenciar la creatividad a través de la exploración de figuras en los aéreos y de la expresividad facial-corporal.

Actividad o experiencia (qué se espera que harán niños, niñas y/o jóvenes en la sesión)

Bienvenida y saludos con abrazos de aire.
Recordamos cuidados preventivos y cada NNJ se aplica alcohol gel en las manos.

En círculo, los participantes de la sesión anterior comentan las actividades realizadas y sus impresiones, junto con su disposición presente. Se genera diálogo incluyendo demás NNJ y se comparte el objetivo y planificación de la sesión.

Como juego de activación, se asocia números a ciertos ejercicios y posturas corporales (dos propuestos por mediadora y restantes tres propuestos por NNJ) y en las colchonetas jugamos

a realizar las posturas definidas a medida que una de las mediadoras va diciendo los números de forma aleatoria

Continuaremos explorando los aparatos aéreos desde consignas como abierto/cerrado, pequeño/grande, torcido/estirado, rápido/lento. Empezamos por los ejercicios educativos de agarre y suspensión. De acuerdo a la condición física de cada NNJ y conocimientos previos, se proponen figuras y posturas en la tela o trapecio, aisladas o en pequeña secuencia.

Sesión 4

Objetivo: Continuar exploración y aprendizaje en las telas acrobáticas y el trapecio. Construir secuencia de movimientos para compartir aprendizajes con compañeros y compañeras.

Actividad o experiencia (qué se espera que harán niños, niñas y/o jóvenes en la sesión)

Bienvenida con saludos de partes del cuerpo, cumpliendo con distanciamiento físico. Diálogo sobre la semana y acontecimientos relevantes, compartiendo nuestro estado de ánimo y expectativas con la sesión.

Se realiza activación con gimnasia cerebral. Luego acordamos orientación y tiempo de las actividades de acuerdo a intereses de las niñas y niños, y sus propuestas de irradiación.

Recordamos procedimiento de uso de los aparatos cuanto a distancias de seguridad, uso de alcohol gel antes de usar el aparato aéreo y lugares asignados para descansar.

Inicialmente, se demuestran los ejercicios de activación específicos de los aéreos: suspensión, tracciones de hombros, bloqueo corporal. Cada niño y niña elige el aparato a explorar, siendo acompañados en su proceso con propuestas de ejercicios individualizadas de acuerdo a conocimientos previos y habilidades desarrolladas: subida y bloqueo en la tela, exploración de figuras en nudo de la tela, subida y figuras en el trapecio con inversiones.

Tomando el acuerdo del grupo sobre la forma de irradiación y conclusión del laboratorio, cada niño y niña elige y construye secuencia de movimientos.

Irradiación con los compañeros y compañeras del laboratorio, de los aprendizajes realizados a lo largo del laboratorio.

Comentamos la irradiación, como nos sentimos y cómo lo vivenciamos.

Para finalizar realizamos diferentes ejercicios para elongar y cuidar nuestros músculos y tendones. Conversamos sobre el laboratorio y cada participante comenta sus ideas, opiniones y aprendizajes.

