

## **Projecte COS I MOVIMENT A L'ESCOLA BRESSOL**

En la primera etapa d'educació infantil, treballem diferents llenguatges: Musical, matemàtic, plàstic ... I també un dels llenguatges més importants, el llenguatge del cos i per tant, la dansa. Reflexionar sobre les característiques i les potencialitats d'aquest llenguatge ens ha fet descobrir la presència d'aquest en tots els àmbits i moments de les vides dels nens i nenes. Aquesta consciència ens ha facilitat créixer a nivell personal i professional buscant maneres d'acompanyar als infants en el dia a dia, enriquint-nos mútuament de l'experiència amb ells, autèntics protagonistes del Projecte Cos i Moviment que es desenvolupa a la nostra escola i que es consolida, creix i es transforma a partir de l'experiència.

A l'escola bressol contemplem la dansa com el moviment lliure, natural i espontani que té l'infant amb el seu cos des del néixer, per expressar-se, comunicar-se, descobrir el seu entorn, jugar, gaudir i créixer.

Considerem que els infants dansen des del néixer ja que partim de la base que el moviment és el principal vehicle d'evolució físic i motriu. Des de l'etapa de nadó, tombat panxa enlaire, fins a l'infant més gran que camina. Per tant, tot aquest procés és una coreografia en si mateix. Així doncs, no només ballem quan hi ha música, sinó que des de la nostra visió, considerem dansa totes les capacitats motrius dels infants en cadascun dels seus estadis de desenvolupament.

*L'essencial és que l'infant descobreixi les coses per ell mateix. Tot el que obtingui a través de la seva pròpia experiència li proporcionarà un saber molt diferent d'aquell que aconseguix quan se li donen les respostes.*

*Emmi Pikler*

L'infant manifesta i comunica les seves emocions, intencions, interessos... mitjançant l'expressió corporal i el moviment.

L'autora Jacqueline Robinson (ballarina, coreògrafa i pedagoga), en el seu llibre "El niño y la danza", expressa:

*"Sovint, es diu que la música i la dansa són com germanes bessones.(...) Quan escoltem música, no l'escoltem únicament amb les nostres orelles, l'escoltem amb tot el cos (...). De la mateixa manera, quan ballem, fem música amb el nostre cos (...). La música i la dansa tenen el seu origen en el cos, el moviment i la veu (...)"*



Al primer any de vida, les cantarelles, els jocs de falda, els jocs cantats, son les primeres danses compartides amb l'adult amb qui estableixen un diàleg, un joc compartit i en conseqüència,

**un vincle afectiu.**

Més endavant, entre l'any i els 3 anys, es fan molt evidents les relacions que sorgeixen a partir de la dansa i el moviment, que provoquen jocs compartits, mirades, rialles... El desenvolupament motriu sorgeix de manera espontània.



Per portar a terme tot aquest treball de dansa, cos i moviment amb els infants ens hem inspirat en diferents tècniques el treball d'algunes companyies, ballarines, ballarins i diferents tècniques, com les que referim a continuació.

- Tècnica de dansa RELEASE (Mabel Todd) on els infants es mouen tot canviant de postures d'una manera harmònica.

<https://youtu.be/si437qUUxOo>

- Tècnica CONTACT DANCE improvisació

<https://youtu.be/25q7dxEDBRQ>

La dansa és un de tants llenguatges de l'infant, no necessitem música per fer dansa, però no per aquest motiu la música deixa de ser un element indispensable en el nostre projecte. De fet, quan sona música, no podem evitar moure el cos, podríem dir que també l'escoltem amb el cos. Per això també n'hem fet una selecció que afegim al final.

Per últim, ens agradaria parlar dels materials. La manera com els nens i nenes tenen d'aproximar-se als objectes és des del propi cos i amb una actitud d'exploració, de descoberta i d'investigació.

Àngels Hugas, en un article a la revista Infància escriu:

*"Hi ha un plaer i un desig per part de l'infant de descobrir les qualitats de l'objecte amb el qual entra en contacte a partir de l'actuació dels sentits. Més endavant, sorgeix també un desig de comprovar tot allò que és capaç de fer ell/a amb l'objecte i de fruit de les transformacions que aquest pateix en conseqüència. Per exemple, quan un infant juga amb un mocador no tan sols frueix en veure'n els moviments, sinó que també hi ha un goig en els moviments corporals necessaris per provocar-los. És el plaer de jugar amb el cos".*

Alguns recursos, que poden ajudar a enriquir encara més les propostes de moviment i potencien el gaudi dels infants són tan senzills com, fer bombolles, o jugar amb fulles seques, plomes, papers, mocadors de diferents colors, boixets amb cintes de seda, flors de roba, pinzells, llanternes...

Totes les propostes esmentades anteriorment, es poden portar a terme amb el propi cos o amb diferents materials, tot i que no son un element imprescindible, ja que com hem après durant aquests anys d'observació el més important es deixar el cos lliure, deixar que passin coses, sense intervenir ni jutjar, deixar sentir, experimentar, descobrir, jugar, provar...

Per concloure, podem dir que ens ha canviat la mirada vers la dansa, hem incorporat en el nostre dia a dia el llenguatge natural dels infants, el moviment, i que tots els moviments són dansa... com un infant movent la mà quan entra un bri de sol per una finestra i el vol acaronar.

En el grup de lactants de l'escola hem jugat a aproximar el mocador a prop del cos i en el de 2 a 3 anys, el joc amb les plomes, tots dos han possibilitat l'experiència de les carícies i les pessigolles. Podem establir jocs amb els nens i nenes en els quals hi intervé el sentit del tacte, doncs la imatge corporal també es forma a partir de les sensacions que ens proporciona el contacte. L'infant va construint la seva identitat, la sensació "d'un mateix" també té a veure amb com sent el seu cos.

Dansar suggereix... fluir, ser lliure, endinsar-te en les profunditats de la pròpia essència del teu cos. Deixar anar per observar, conèixer i reconèixer-se un mateix. I quan es reflexiona és aleshores quan es comprèn que per a l'infant això es innat, ho porten a dins, viuen la dansa i el seu cos des de la perspectiva més natural, es sent lliure. Lliure per expressar allò que hi ha a dins de la seva ànima.

Per tant, nosaltres ens convertim en espectadors dels que més en saben, els nens i les nenes i observem on està la veritable bellesa de l'art del cos i el seu moviment.

I ara podeu treure-us les sabates i recordar la cita de Martha Graham "A ningú li importa si no pots dansar bé, només aixeca't i balla".

A continuació proposem algunes músiques i vídeos per fer les sessions de cos i moviment:

- <https://youtu.be/orjdE5M43rk> David Guetta
- <https://youtu.be/BwEB3yQ3gpc> Reagge
- <https://youtu.be/xJIurkMhLEQ> Bateria, Phil Collins
- <https://youtu.be/7VDz9ois30k> musica africana,
- <https://youtu.be/sLcbfF9ypmM> Opera, Maria Callas
- <https://youtu.be/v2AC41dglNm> AC/DC - Thunderstruck (Official Video)
- [https://youtu.be/giNEk\\_cMs7U](https://youtu.be/giNEk_cMs7U) Alberto Iglesias – Raquel (Hable con ella)
- [https://youtu.be/2MN\\_lhz9xSw](https://youtu.be/2MN_lhz9xSw) Justin Hurwitz - La la land
- <https://youtu.be/oDdOYyGa41Q> Andrea Motis - I remember you
- [http://www.ivoox.com/maguina-escribir-audios-mp3\\_rf\\_430405\\_1.html](http://www.ivoox.com/maguina-escribir-audios-mp3_rf_430405_1.html)
- [https://youtu.be/pQuNd\\_MEyAQ](https://youtu.be/pQuNd_MEyAQ) Aracaladanza dirigida per Enrique Cabrera,
- <https://youtu.be/B-Bj4HyigIU> - Montse Roig Blink Flash Duncan
- <https://youtu.be/sETJwsFKd8g> - La motxilla de La mogut de la companya Sol Picó.

