

## PROPOSTA D'ACTIVITATS PER ESPAIS JOVES



Presentem a continuació la carta de proposta d'activitats per desenvolupar amb els espais joves de Sabadell, esdevenint així la segona part del projecte. En concordància, totes elles han estat dissenyades sota una perspectiva inclusiva, tot treballant competències d'àmbit social, emocional, de desenvolupament personal i cognitiu.



Per tal de respectar la singularitat de cada grup, hem partit de la realitat de cada espai, tenint com a base les reunions prèviament realitzades. És per això que, sota cada activitat i entre parèntesi, apareix l'espai amb el que ens hem inspirat per dissenyar l'activitat.

Amb ajuda dels educadors dels espais joves, pretenem que cada grup esculli les que consideri que s'adaptin més a la seva realitat (independentment si és la que havíem pensat per ell o no) i, si fos oportú, modifiqui alguns exercicis per tal d'assolir l'objectiu principal: la inclusió social a través dels castells.

### ACTIVITAT D'INTRODUCCIÓ

*(Tots els espais)*

Comencem la sessió presentant-nos. Per fer-ho, direm nom, edat i lloc on vivim. Direm que som els castellers. Abans d'explicar res més, ensenyarem als nois una fotografia d'un 3de9f i una fotografia de la colla. Preguntarem què els hi ve al cap al mirar les imatges, al pensar en "castells". Aquí, proposem dues dinàmiques:

1. Proposar que els nois, en un paper, escriguin què els hi ve al cap, ja sigui en forma de paraula, frase o text. Ho poden fer en parelles si és necessari. Després, plegaran el paper i ho posaran en una bústia. Amb la bústia plena, entregarem un sobre als joves i demanarem que no l'obrin fins que ho indiquem. D'aquesta manera generarem curiositat. Els educadors llegirem les paraules escrites i apuntarem les que més hagin sortit a la pissarra. Després, demanarem als joves que obrin els sobres.
2. Farem pluja d'idees verbal, sense fer servir papers ni bústia, simplement l'educador anirà apuntant a la pissarra les paraules que surtin. Abans de començar, doncs, entregarem els sobres als nois i noies. En acabar la pluja d'idees, demanarem que obrin els sobres.

Dins de cada sobre trobaran una fotografia d'un casteller de la colla, amb una anotació a sota: Nom, edat i lloc de naixement o procedència.

Alguns exemples de models de les fotografies:

JB (nació en andalucía),  
Joaquin (Can Puiggener),  
Bea (La Creu de Barberà),  
Asia (Mèxic),  
Mario (Ca n'Oriach)  
Marcela (Chile)  
Belén (Argentina)

Llegides les fotografies, esperem generar cert debat sobre el tema, amb la intenció de fer-los ballar el cap sobre els típics tòpics castellers (gent molt catalana, únicament independentistes, de classe alta...etc).

Seguidament, amb ajuda d'imatges, explicarem breument què fem: Som un grup de persones que ens dediquem a treballar per fer construccions humanes com més grans millor. Assagem al centre però som d'arreu. A moltes ciutats trobem colles castelleres i, tot i ser una tradició originalment catalana, també hi ha colles a Madrid, Santiago de Chile o París.

### **Què necessitem?**

Mínim dos monitors

### **Material:**

caixa de cartró (per la bústia)  
paper  
bolígrafs  
Fotografies de 7 castellers  
Sobres  
ordinador portàtil  
Ppoint amb imatges de castells

### **Espai:**

Aula

## **ACTIVITAT 1:**

### **El toc de castells a ritme de bàsquet**

*(Pandora i Can Puiggener)*

Un cop acabades les presentacions, passarem un vídeo sobre castells. Prèviament, demanarem als joves que prestin especial atenció a la música, concretament al toc de castells, que serà amb el que treballarem: hi ha moments que el ritme accelera, d'altres que endarrereix, quan s'encavalca l'enxaneta sona diferent... tot amb intenció que s'hi fixin i s'hi facin preguntes. Després, els grallers tocaran l'Ainana- Ailala i l'escurçó negre, per a que descobreixin la varietat de cançons

Un cop acabat, ens posarem mans a l'obra. Els joves hauran de demostrar que han entès la importància de les gralles, els moments en què varia la intensitat del toc i la varietat de peces que tenim.

Primerament, demanarem que cadascú agafi una pilota de bàsquet i ens posarem de peu en rotllana. Amb les pilotes, haurem de seguir el ritme de la música. En alguns moments, haurem de dividir-nos en dos per tal de realitzar els canons de la cançó.

Els nois faran tres moviments amb la pilota: votar-la (*Bota!*), picar-la amb la mà (*Dale!*) i llençar-la en l'aire. (*Lanza!*). Els realitzaran en el moment que ho digui l'educador.

#### **Variants.**

Per augmentar la dificultat de l'activitat, afegirem una sèrie de variants. En qualsevol moment, l'educador dirà: "dreta!" i els nois hauran de passar la pilota cap a la dreta.

Un altre afegit de dificultat serà el gir. Quan l'educador ho digui, els alumnes hauran de llençar la pilota en l'aire i girar sobre sí mateixos tot tornant-la a agafar sense que caigui.

#### **Què necessitem?**

Mínim quatre monitors. Haurem d'haver-nos après les coreografies prèviament

#### **Material:**

25 pilotes de bàsquet  
Ordinador portàtil  
USB amb les cançons  
dos altaveus

#### **Espai:**

Zona oberta a l'aire lliure

## **ACTIVITAT 2:**

### **Percussió Corporal**

*(Pandora i Can Puiggener)*

Els alumnes es col·locaran en rotllana, enganxats els uns amb els altres, simulant la cohesió i la importància de la pinya en els castells. Amb el toc de castells, l'Ainana o l'Escurçó negre com a música guia, els alumnes hauran de marcar el ritme picant de mans, al pit i a les cames.

Començarem marcant el compàs de la cançó i, a mesura que anem avançant, anirem complicant la cosa.

Els joves es dividiran en dos grups: grallers i tabalers. Uns, picaran les notes de les gralles i els altres els tabals per tal d'aconseguir la versió més semblant possible a la original.

Si la sessió fos exitosa, demanariem als joves que portessin els seus "cajones" per tal de poder acompanyar millor la melodia. Proposariem als nois grallers que cantessin el toc de castells. Finalment, convidariem als grallers i tabalers dels saballuts per fer una tocata conjunta

### **Què necessitem?**

Mínim quatre monitors. Haurem d'haver-nos après les coreografies previament

### **Material**

Ordinador portàtil

USB amb les cançons

dos altaveus

### **Espai:**

Zona oberta a l'aire lliure

### **ACTIVITAT 3:**

#### **Ballem!**

*(Pandora, Can Puiggener, Can Deu, Creu de Barberà)*

En acabar les actuacions, és habitual que els castellers ballin plegats la Polca d'Ours. En aquesta activitat, ensenyarem als joves a ballar-la. Per fer-ho, necessitarem ajuda de joves saballuts.

Posarem la cançó en diferit. Primer, els nostres joves faran una demostració. Després, animarem a la resta a fer.

La primera vegada, les ballades es realitzaran a la mateixa velocitat. A mesura que els nois s'hi sentin còmodes, augmentarem la velocitat d'aquesta fins al màxim.

En cas que hi haguessin joves que no volguessin ballar, proposaríem de fer dos grups: uns, farien percussió tot portant el ritme de la polca. Els altres, ballarien.

#### **Què necessitem?**

##### **Monitors:**

Mínim dos (que sàpiguen ballar la polca)

Quatre joves saballuts

##### **Material:**

Portàtil

dos altaveus

Pen drive amb la cançó

##### **Espai:**

Zona aire lliure

## **ACTIVITAT 4:**

### **Fem un 3de8!**

*(Can Rull)*

Aquesta activitat gira entorn al dibuix i el treball en equip. Abans de començar, però, caldria situar els joves en el context. Mostrarem imatges de castells, estructures completes, parts de castells, grallers, cap de colla, places plenes...

Els nois i noies faran parelles i, mentre un dels dos s'estira sobre un tros de paper de dibuix, l'altre ressegueix la seva silueta. En acabar, s'intercanvien els papers. La idea és que, finalment, es retallin els dibuixos i s'enganxin sobre un rolo de paper més gros, per tal de el-laborar un gran castell.

Per a que quedi realista, cadascú haurà de realitzar una posició: Casteller de pinya, enxaneta, graller, cap de colla... ho triaran ells mateixos amb l'ajuda dels educadors, que, un cop visualitzades les fotografies castelleres, ajudarà a decidir quina posició resultaria més adient pels joves.

Finalment, enganxarem el castell com a mural a l'espai.

\*Si fos possible, en comptes de dibuixar les siluetes sobre paper, ens dibuixem amb guix a terra tot deixant el castell estampat al ciment.

### **Què necessitem?**

#### **monitors:**

Mínim dos

#### **Material:**

2 rotllos de paper de dibuix de 2m x 10m

Llapissos

Estisores

Rutoladors permanents

Ceres de colors

Fotografies de castells

#### **Espai:**

Aula gran

## **ACTIVITAT 5**

### **Gimcana casteller**

*(Tots els espais)*

Els castells giren entorn quatre aspectes claus: força, equilibri, valor i seny. Tots quatre van de la mà, i a la que manca algú, tot trontolla. A través del joc, ensenyarem als joves la importància de compensar les quatre virtuts, tot adaptat les activitats al món del circ que resulta estar estretament relacionat amb els castells.

#### **Pedra-paper-estissores gegant**

La primera activitat serà plantejada com d'escalfament i està dissenyada per a que hi jugui tot el grup.

Farem un circuit en forma de "Z" amb cercles (ja siguin de plàstics o dibuixats a terra). Els joves faran dos equips, un situat a cada extrem del recorregut. Sortiran els nois d'un en un, corrents i s'aturaran un davant de l'altre i faran la partida del pedra-paper-estissores. Qui perdi, haurà de sortir del circuit i tornar al seu grup. Automàticament sortirà un altre nen del seu equip el més ràpid possible, ja que el guanyador continuarà corrents endavant.

Guanya l'equip que aconsegueixi que un dels seus jugadors arribi al camp contrari.

Abans de començar, explicarem la relació d'aquest joc amb els castells. Tot i que les partides són individuals (pedra- paper- estissores es juga d'un en un) és necessari que tot l'equip estigui atent i doni suport moral als jugadors. A part de velocitat, es necessita serenitat i seny per tal d'aturar-se on toca i enfrontar-se al contrincant amb calma. En el joc, a més, quan estàs a punt de guanyar se't pot girar la partida. Cal que estiguem ben atents, no ens relaxem abans d'hora i estiguem receptius a la possibilitat de perdre tot valorant el procés de la partida més que no pas el resultat.

#### **Versió siamesos**

Si la partida te èxit, introduïrem una versió. Aquesta vegada, en comptes de sortir d'un en un, els joves sortiran en parella, enganxats pels bessos amb cinta americana i abraçat amb el braç interior. Pel que fa pedra paper estissores hauran de fer mínim dues partides. Si s'empatés, en farien més, fins que hi hagi un guanyador.

Acabada la partida (o les partides) dividirem la classe en grups per tal de realitzar diferents activitats per zones. Serà important que tots els joves circulin per totes les zones. A continuació en proposem tres però existiria la possibilitat d'introduir una de les activitats musicals adaptades com a una zona més.

**Zona 1:**

Lligarem una corda de fer equilibris i els nois i noies hauran de provar de passar-hi sense caure. Paral·lelament, oferirem plats xinesos als participants per tal que provin de fer-lo ballar amb la idea que, els més valents, provin d'atravessar la corda tot fent lligar el plat xinès.

**Zona 2:**

En aquesta zona realitzarem taller de malabars. Primer, amb mocadors, després, amb pilotes i finalment amb maces. També oferirem diàbolos, hullahops i carioques per poder practicar

**Zona 3:**

En aquesta zona, com a la primera, treballarem principalment l'equilibri però d'una forma més relaxada. Els nois i noies hauran d'aguantar-se sobre una mitja pilota de ioga. Per fer-ho, s'hauran d'ajudar de companys i mantenir-se relaxats i amb l'esquena ben recta. Si ho aconsegueixen durant més de cinc segons, passaran al següent nivell: fer bombolles de sabó sense caure de la pilota.

**Què necessitem?**

Monitors:

Mínim 6 (dos per zona). Mínim un amb coneixements malabars i un que sàpiga fer equilibris amb la corda.

**Material:**

x10 Ars de plàstic grans  
x10 Peces de roba de colors 30x30cm  
x10 Pilotes descuma  
x6 maces  
x2 HulaHopps  
x2 diabolos  
x6 carioques  
x1 corda d'slack line  
x5 packs de plats xinesos (plat + pal)  
x4 mitjes pilotes de fitness  
x4 Jocs de fer bombolles de sabó

**Espai:**

Zona exterior. Preferiblement, pista de futbol o bàsquet



## **ACTIVITAT 6**

### **Un castell fotogràfic!**

*(Can Rull i Creu Barberà)*

L'inici d'aquesta activitat és igual que el de l'activitat "fem un 3de8". Caldrà mostrar imatges de castells sencers, parts dels castells i castellers diversos (cap de colla cridant, grallers, tabalers, public...) i explicar als joves que en una colla castellera tots encaixem, però fem feines ben diferents.

Amb aquesta activitat treballarem aspectes relacionats amb la fotografia i el dibuix. Per començar, els nois s'hauran de fer fotografies de la seva cara amb una càmera Polaroid (que portarem nosaltres). Ells mateixos observaran el funcionament, hauran de tenir cura de l'estat de les fotografies (no tocar-les amb les mans brutes, que no els hi doni el sol...). Un cop rebel·lades, les col·locaran a la part superior d'un paper i hi hauran de dibuixar el seu cos a sota, simulant la posició castellera que hagin triat. Acabat el dibuix del seu cos, ho retallaran i ho enganxaran en un rotllo de paper gran per finalment aconseguir un castell de tot el grup.

#### **Què necessitem?**

##### **Monitors:**

Mínim 2

##### **Material:**

Pc amb les imatges pertinents (castells sencers, parts de castells, castellers diversos)

Polaroid amb carret

Fulls DINA4

Estisores

barra d'enganxar

Rotllo paper de dibuix

##### **Espai:**

Aula

## **ALTRES ACTIVITATS PROGRAMADES**

### **Taller de Castells a l'espai**

Tot mostrant vídeos de castells, farem dos pilars de 2 amb pinya amb els joves. Per fer-ho, necessitarem la col·laboració de joves saballuts (tres persones màxim). Aquests, però, ajudarien si fes falta, tot i que l'objectiu final és que els nois de l'espai realitzin el petit castell sense saballuts a les pinyes.

Un altre objectiu és que aconseguixin el mateix castell però aixecat per sota.

### **Visita al Castelloscopi**

Realitzarem una sortida al centre de Sabadell amb els joves per visitar el castelloscopi. Allà, farem una visita guiada