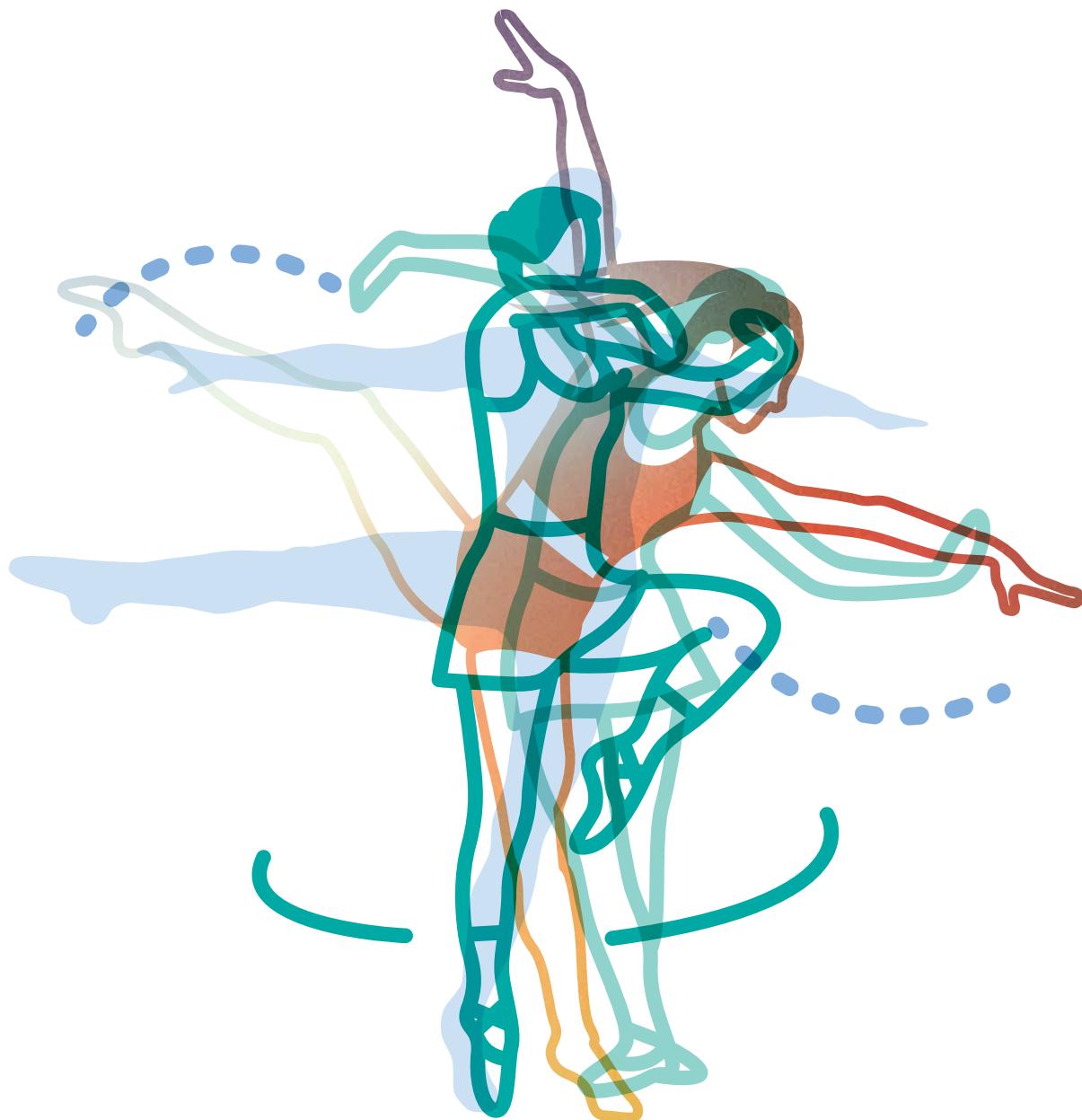


DOSSIER EDUCATIU:

# Dansa i moviment



---

Curs Educa amb l'Art 2025–2026

**Obrir els sentits**

Organitzat per:

---

**apropa**  
**cultura** una porta  
a la inclusió



Aquesta documentació  
ha estat elaborada com  
a resultat de la formació  
Educa amb l'Art

**Temàtica:**

Dansa, intuïció, escolta, percepció, presència, moviment

**Organització:**

Mercat de les Flors

**Artista formadora:**

Fátima Campos

## **1. Presentació**

Curiositat, Repòs, Escolta.

Donar espai al cos, al joc i a l'escolta.

Deixar anar, deixar de fer i deixar que la intuïció ens xiuxiegi.

Oblidar objectius i resultats i tan sols entregar-nos al moment present, al repte de "només" ser, estar, respirar ...

Des de la calma, des de la curiositat, des de la diversió i el plaer de moure'ns, de comunicar-nos i de transmetre.

Des de la pell, des de l'articulació, des de la carn;

des dels músculs i des dels ossos;

des de la ment i des del cos.

Des de l'espai, el temps, la imaginació, la musicalitat, el silenci, la dinàmica, la pausa, el diàleg amb la recerca pròpia -els camins ja coneguts i els que anem descobrint- individualment i en col·lectiu.

L'únic de cada cos, de cada Persona, amb les seves meravelloses diferències, la seva humanitat, la seva intuïció, la seva presència, el seu imaginari i el seu moviment experimentat i experimentador.

## 2. Pràctiques

Rotllana d'inici – Cercle, espai de trobada, d'escolta, de presència. Ulls tancats, sentim el nostre cos sostingut per la terra, escoltem la nostra respiració, imaginem la llum i la calidesa del sol que ens ilumina el rostre. Sentim la nostra arquitectura, els ossos, la pell, els òrgans, cada teixit, i obrim els nostres sentits a viure els canvis que succeeixen a cada moment.

Ulls oberts, deixem que la nostra mirada reposi en allò que “toca” i que els ulls es moguin lliures, descobrint colors, formes, llums, ombres, contrastos, textures, persones companyes.

Passejada per l'espai en parelles. Una persona explica a l'altra el que veu, el que li crida l'atenció. L'altra persona escolta.

Caminem per l'espai i fem pauses grupals. El grup decideix quan caminar i quan aturar-se.

Composició espacial. Caminem i fem pauses grupals o pauses individuals. Posem atenció a les relacions espacials amb les demás persones. Caminar de costat, darrere, apropar-se, allunyar-se, orbitar al voltant, .... Observem i juguem amb les línees que creem, els triangles que desplacem.

Caminem imaginant que els nostres peus trepitgen diferents textures. Sorra càlida, herba suau, aigua fresca, argila moldejable, .... Imaginem també que les nostres mans toquen l'aire amb textures diferents: boira, pluja fina, fum de colors, flors, ...

Per parelles, palmells de les mans en contacte. Escoltem quina és la pressió del contacte que ens fa entendre'ns. Una de les persones guia el passeig per l'espai. Després canvi de rol. Finalment, compartim els dos rols, el de guiar i el de deixar-se guiar.



Treball d'escolta per parelles.

Desplaçaments per terra. Entreguem el nostre pes a la terra i ens desplaçem i modifiquem la nostra arquitectura, lliscant parts del nostre cos. Després ens desplaçem per terra imaginant que ens "dipositem" sobre la terra. Imaginem de nou que el terra és argilla i anem deixant empremtes: escolpint-lo amb les parts del nostre cos que toquen a terra.

Per parelles. Desplaçaments per terra. No ens toquem. El moviment d'una de les dues persones, convida al moviment de l'altra, evitant ser tocada. La pausa és igual d'important que el moviment.

Joc d'intuïció per parelles. Respiració conjunta. Una de les persones es manté amb els ulls tancats. L'altra persona te un objecte petit que ha triat. La persona d'ulls tancats va explicant allò que va imaginant i rebent en connectar-se amb l'objecte que sosté a les mans la persona companya. Colors, formes, textures, imatges, paraules, sensacions, ... En acabar, la persona obre els ulls, veu l'objecte. La companya rellegeix tot allò que ha anat anotant, tot allò que la persona d'ulls tancats ha anat dient. Canvi de rol.



Posada en comú de l'exercici d'intuïció.

Per parelles. Una treballa amb ulls tancats. La companya amb ulls oberts, ofereix un estimul tàctil al cos de la persona d'ulls tancats. Com una "dutxa" amb una textura de toc. Un cop rebut aquest input tàctil, la persona d'ulls tancats, deixa que aquest paisatge "imprès" al seu cos s'expressi, es converteixi en un paisatge de moviment. Deixant que aquesta textura de moviment creixi, es faci molt petita, visqui a tot el cos, sigui ballada per només una part del cos, .... Després d'una estona d'estudi i descobriment d'aquest paisatge de moviment, arribem a un lloc de pausa, de quietut. Deixem que arribi una paraula, com un "titular" per a aquesta textura de moviment. Fem aquest procés, tres cops. Rebem tres estímuls tàctils diferents, descobrim i practiquem tres textures de moviment, cadascuna amb una paraula-títol diferent. Un cop tenim tres textures de moviment diferents, fem una improvisació viatjant per aquests tres paisatges trobats. Les persones que han acompanyat donant els estímuls tàctils, acompanyen desde la mirada. Posteriorment acompanyen des del contacte d'una mà a l'espatlla.

Per parelles. Ser motllo de l'altre. Ser absència. Ser contingut i ser membrana contenidora. "A" busca un lloc de contacte amb el cos de "B". Quan A es queda

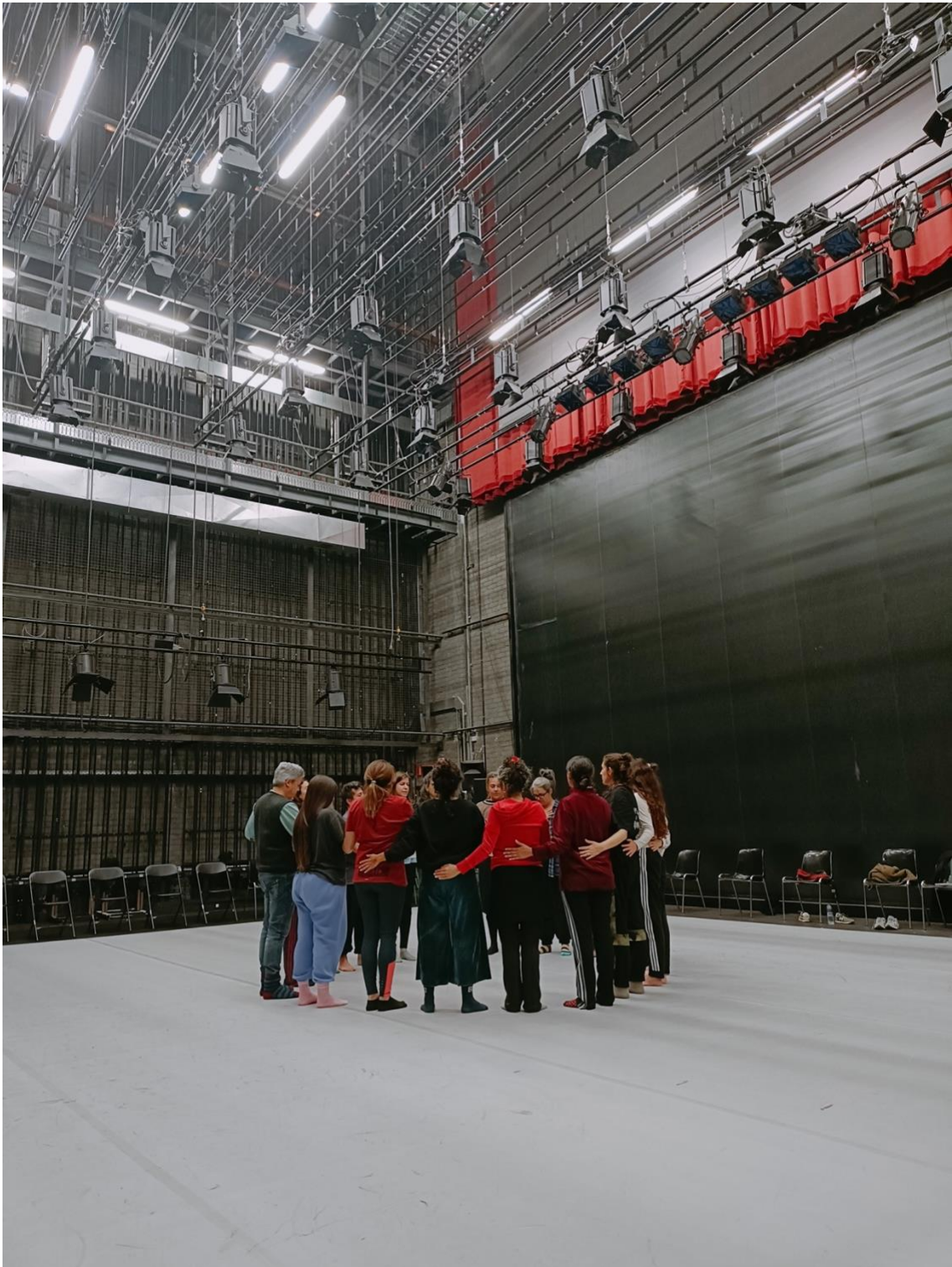
quiet, B marxa cuidadosament sense moure a A. Observa a A i troba un altre lloc de relació de contacte amb A. Quan B es queda quiet, A es mou sense moure a B, ..... i així successivament. Primer fem el joc per parelles. Posteriorment, es proposa anar reunint-se parelles amb altres parelles, creant grups més grans de joc.



Exercici de ser motllo de l'altre.

Joc final. Fem dos grups. Un grup entra a l'espai i crea una peça amb totes les eines-jocs que hem practicat. L'altre grup acompanya desde la observació. Canvi de rol. El grup que ballava observa i el que obserbava, balla, juga.





Cercle de tancament de la sessió, d'Agraïment.

## **Sobre Fátima Campos Trepas**

De professió Ballarina i Coreògrafa, enriqueixo i nodreixo el meu camí en la Dansa compartint paisatges amb el Teatre, el Circ, la Poesia, la Música i la Pedagogia. Graduada l'any 2000 a l'Institut del Teatre de Barcelona en l'especialitat de Dansa Contemporània.

Ballo amb coreògraf(e)s i companyies de renom com l'Àngels Margarit, Andrés Corchero, Toni Mira, Inés Boza i Carles Salas.

Ballo en projectes dirigits per : Cia. Creamoviment, Martí Torras Mayneris, Sílvia Munt, Ferran Carvajal, Roser López Espinosa, Roberto Oliván, Cia. Circ Ciclicus, Joan Ollé, Joan Castells, Lluís Solà, Àlex Rigola, Anna Llopart, La Fura dels Baus, Carme Portaceli, Marcel Bassachs, Robert Wilson i Franco Di Francescantonio.

He estat també Clown a l'espectacle "A la Fresca" de la Cia Anna Confetti. Coreògrafa i Ballarina de projectes propis amb el Solo "PetriCor", "Eutierria" amb l'escultor Joaquín Jara, "EuTierria&Rhythm" amb el músic Oriol Roca. Coreògrafa en diverses obres de teatre i de circ al costat de director(e)s com Berta Giraut, Martí Torras Mayneris, Oriol Tarrasón, Sílvia Munt, Lara Díez, Anna Llopart, Paul Berrondo, Joan Arqué, Montse Butjosa i Leandro Mendoza. Coreògrafa i directora d'escena dels concerts "Somnis de Música" de la Jonc i de "Suite I" de l'Orquestra de Cambra Ars Movens.

Paral·lelament a la meua feina com a Ballarina i Coreògrafa, des de l'any 2008 soc també Docent de la Dansa. Inicialment dins del projecte pedagògic de la Cia Mudances de l'Àngels Margarit, oferint tallers de "Dansa per a Famílies" i "Dansa a les escoles". També compartint tallers a Escoles i a Mestres dins del Projecte Educatiu del Mercat de les Flors.

Durant el curs escolar del 2017 formo part del Projecte Tàndem del Mercat de les Flors al costat de l'Àngels Margarit a l'escola Bàrkeno, acompanyant a infants de primària en l'assignatura de Dansa.

Coreògrafa i Directora de la peça dedicada al Dia Internacional de la Dansa del 2023, creada amb un grup de 30 persones participants format per infants, adolescents, adults i gent gran, presentada al Districte de Ciutat Vella de Barcelona.

Durant el curs 2023-2024 formo part del projecte "Caixa d'Eines" del Mercat de les Flors, com a Pedagoga i Coreògrafa a l'escola Poble-Sec. Creadora de la peça "I si..." amb els infants dels dos grups de 3er de primària. Peça presentada al Mercat de les Flors el juny del 2024.

Soc Coach de Visió Intuïtiva acompanyant a infants, adolescents i adults.

# Obrir els sentits

**CURS**  
**EDUCA AMB L'ART**  
2025-2026

Formacions  
adreçades  
a professionals  
de l'acció social  
i educativa

**MÚSICA**  
**ARTS VISUALS**  
**DANSA**  
**I TEATRE**



## Apropa Cultura

**Educa amb l'Art** es un curs de formació anual en música, teatre, dansa, arts visuals i ciència on s'ofereixen eines per enriquir i potenciar la tasca de persones educadores a través de les possibilitats de la creació artística. A partir de sessions vivencials, experimentem i aprenem col·lectivament com l'art pot ajudar-nos en el dia a dia.

Si vols conèixer més propostes de l'**Educa amb l'art**, consulta l'apartat de [recursos de formació](#) del nostre web, el canal de [youtube](#) o escriu-nos per rebre recomanacions a [apropa@apropacultura.cat](mailto:apropa@apropacultura.cat) o al nostre telèfon. Animeu-vos a posar en pràctica les propostes i compartiu amb nosaltres l'experiència!

[www.apropacultura.cat](http://www.apropacultura.cat)

Email: [coordinacio@apropacultura.cat](mailto:coordinacio@apropacultura.cat)

Telèfon: 93 247 93 00 ext. 469 i 339

## **Equip Educa amb l'art** Dansa i moviment

- **Servei Educatiu Mercat de es Flors:** Valerie Bonnotte
- **Artista docent:** Fàtima Campos
- **Coordinació i producció:** Claudia Torner
- **Producció i suport pedagògic:** Teresa Rubio
- **Disseny /comunicació gràfica:** Erola Boix

***Gràcies!!***

