

## DOSSIER PEDAGÒGIC de LA FESTA DEL TEMPS

### Presentació

La Festa del Temps és un espectacle teatral i musical que explica les aventures dels quatre membres del grup d'animació musical XIULA en el seu peculiar viatge vers una muntanya de 5472 metres a l'Himàlaia. En aquesta expedició, cada dia descobrim com les petites vivències que els passen a cadascun dels membres, els fan viure emocions que, alhora, els inspiren a crear cançons on poder gestionar aquestes mateixes emocions d'una manera constructiva i poètica. Pas a pas, dia a dia, aventures, emocions i cançons, els portaran vers la meta que els inspira. Una paràbola de qualsevol vida humana.

Les ombres que acompanyen l'espectacle des del fons de l'escena ens ajudaran a entendre els diferents estats emocionals dels personatges i treballaran en forma d'imaginari i consciència d'aquests.

Les cançons més conegudes del grup XIULA, que barregen tot tipus d'estils i treballen valors a través de les seves lletres, sonaran al llarg de tot l'espectacle a través de la música en directe acompanyades, en ocasions, de bases programades. Els XIULA ens explicaran, doncs, com han nascut moltes de les seves cançons, com ara: "Verdura i Peix", "Polls", "Benvinguts" o "El Dentista" entre altres.

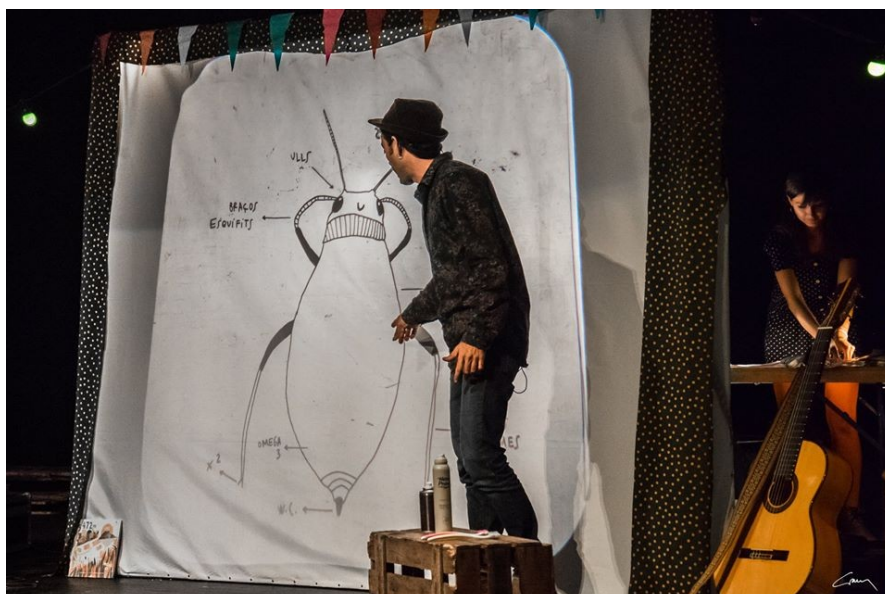


## ABANS D'ANAR AL TEATRE

LA FESTA DEL TEMPS és un espectacle especialment dirigit a les edats de primària i a les famílies amb nens i nenes d'aquestes edats, tot i que el ventall de públic pot ser molt més ampli ja que la música dels Xiula també arriba a un públic més adolescent.

Es tracta d'una obra interactiva i educativa on els personatges dialoguen amb el públic, li canten i li demanen ajuda en diverses ocasions. Els XIULA som músics i educadors i per això ens agrada que els nostres espectacles esdevinguin un espai de sorpresa, aprenentatge i de compartir emocions.

Si voleu saber més dels XIULA podeu trobar molta informació a la web: [www.xiula.cat](http://www.xiula.cat)



Una recomanació que pot ser molt profitosa és que escolteu algunes de les nostres cançons abans de venir a veure l'espectacle. Les podeu trobar a youtube (els links més avall), o a spotify; així podreu anar entenent les lletres i coneixent les melodies, de manera que serà més fàcil connectar amb l'espectacle.

## CONTINGUT DIDÀCTIC DE L'ESPECTACLE

Els tres eixos principals que defineixen LA FESTA DEL TEMPS són els següents:

### EIX del VIATGE

Les aventures dels Xiula no són més que un viatge iniciàtic amb un origen i un destí que podem comparar amb el recorregut vital de qualsevol persona. Viatjar és viure i viure és viatjar. L'obra és, en essència, un diari vital del grup on s'explica com afronten els conflictes propis de tota expedició mentre van a la recerca d'una meta final: un lloc on poder celebrar la identitat, el temps transcorregut en l'intent i la vida mateixa.



## **Objectius:**

- Buscar sentit a la pròpia existència a través de la vivència i les noves experiències
- Comprovar com totes les persones afrontem problemes i ens podem ajudar els uns als altres a resoldre'ls
- Fomentar el treball en equip i les relacions dialògiques
- Generar interès (i curiositat) pel món, els seus països i les seves muntanyes (pel camí i el recorregut, els aprenentatges que la vida ens posa, i no tant pel destí el futur o la meta) o també es podria dir aprendre a relacionar-se més amb l'experiència present i menys amb el destí, assumint que a tots ens mouen metes.

## **Proposta d'activitats:**

- Els Xiula inicien un viatge molt important en la seva vida:
  - o Quin és el viatge més important que has fet a la teva vida?
  - o On t'agradaria viatjar? Per què?
  - o Per què creus que a la gent li agrada viatjar?
- Els Xiula volen anar a l'Himàlaia a pujar una muntanya de 5472 metres:
  - o Sabeu per quins països hauran de passar?
  - o Quants dies creieu que trigaran a arribar-hi?
  - o Quines són les muntanyes més altes que coneixeu?
  - o Què creieu que necessitaríeu per aconseguir pujar una muntanya amb aquesta alçada?
  - o Creus que aquesta muntanya de veritat existeix? Com podries comprovar-ho?
- En aquest viatge s'enduen una furgoneta ben plena de maletes i objectes estranys. Feu petits grups i responeu:

- o Quins objectes són realment necessaris en un viatge tan llunyà?
  - o Poseu-vos d'acord amb el grup i elaboreu una llista de les 10 coses que de ben segur us emportaríeu en un viatge.
- Els Xiula conviuen entre ells en unes condicions molt especials (vivint en una furgoneta, cuinant i fent les tasques entre tots, decidint les coses, etc.) Feu petits grups i decidiu:
- o Quines serien les tasques que hauríeu de fer? Com les repartiríeu? Sou capaços de fer un organigrama al respecte?
  - o Quines serien les normes de convivència bàsiques? Les podeu redactar? Què faríeu en cas que algú no les complís?

## **EIX de les EMOCIONS**

En aquest viatge els Xiula descobreixen algunes de les emocions bàsiques a partir de les experiències i els conflictes que viuen en el seu dia a dia.

Les emocions són el motor de la nostra vida. Són el termòmetre i la brúixola de la nostra vivència. Gràcies a les emocions escapem del perill, ens ajuntem amb d'altres persones per fer famílies o projectes, aprenem coneixements, etc. Podríem dir que les coses més essencials de la vida les fem moguts o acompanyats per una emoció. Per tant, és d'allò més important aprendre a situar-les al lloc que es mereixen, aprendre a escoltar-les i aprendre a relacionar-s'hi millor.

Com? Doncs molt fàcil, posant atenció a:

-Quina sensació corporal tinc i on? Fred, calor, tremolor, pilota al pit, papallones a la panxa, contracció o expansió de la musculatura, buidor, sensació que s'adorm una part del cos, i moltes més.

-Què em diuen els pensaments? Idees que tinc, valors de l'experiència, relacions amb experiències similars o anteriors, judicis.

-Què faria? Quin és el moviment que em sento convidat a fer? Allunyar-me, apropar-me, plorar, riure, protegir-me, aïllar-me, contactar amb altres persones, cantar, ballar, dibuixar, caminar, respirar, marxar, quedar-me quiet, seguir, parar, i un munt més.

Com veieu tota emoció té una part sensorial (cos), una part cognitiva (pensament) i una part instintiva o visceral (acció). Això ens ve de la natura, concretament dels rèptils, els mamífers i els humans.

Malauradament per això, desconnectar-nos de la natura i civilitzar-nos ens ha portat coses bones i coses no tant bones. En el camp de les emocions i les sensacions ens hem desconnectat de nosaltres donant molta importància als pensaments. Tot i així no som més feliços ara que fa 5.000 anys i creiem que una manera d'arribar-ho a ser és trobar l'equilibri entre les nostres emocions, els nostres pensaments, les nostres accions i la nostra part transcendent.

Com dèiem, una manera pot ser posant atenció amb curiositat i acceptació a tot el que em passa (sensacions, pensaments i acció). Un cop reconec tot això en mi, li faig un espai i ho respiro. I un cop ho haig reconegut i respirat, em faig responsable del que vull fer.

RESUM amb exemple:

1. Atenció a l'experiència. *Em sento trist, m'enyoro.*
2. Fer Espai i Respirar. *El pit se m'encongeix i tinc fred i respiro.*
3. Responsabilitat en què vull fer. *Vull plorar amb algú que m'abraci i ho faig.*

Aquí és on podem parlar d'un trànsit emocional i un aprenentatge. Deixant-nos estar en l'emoció i no negant-la, permetem la seva expressió i atenem a la

necessitat de l'organisme. Acte seguit aquesta emoció canviarà d'estat i n'obtindrem un regal en forma d'aprenentatge.



### Objectius:

- Descriure algunes de les emocions bàsiques de l'ésser humà
- Comprovar com totes les emocions són necessàries i enriquidores
- Aprendre a gestionar-les en tres senzills passos. ATENCIÓ-RESPIRAR-RESPONSABILITAT

### Proposta d'activitats:

- Els Xiula descobreixen unes quantes emocions:
  - o Quines emocions coneixeu vosaltres? Fem una llista?
  - o Quines emocions us son fàcils de sentir i quines difícils?
- A l'inici de l'obra estan molt eufòrics i senten ALEGRIA:
  - o Què sents pel cos i que diu el cap quan estàs alegre?

- o Quines coses et provoquen alegria?
  - o Què fas quan tens alegria?
  
- La verdura i el peix li provoquen FÀSTIC al Jan:
  - o Què sents pel cos i que diu el cap quan una cosa et fa fàstic?
  - o Quines coses et provoquen fàstic?
  - o Què fas quan tens fàstic?
  
- El Marc sent TRISTESA en estar tan lluny de casa:
  - o Què sents pel cos i que diu el cap quan estàs trist?
  - o Quines coses et provoquen tristesa?
  - o Què fas quan sents tristesa?
  
- A l'Adri li provoca molta POR anar al dentista:
  - o Què sents pel cos i que diu el cap quan tens por?
  - o Quines coses et provoquen por?
  - o Què fas amb la POR?
  
- Els Xiula arriben a un poble i descobreixen la TENDRESA en el naixement d'una criatura:
  - o Què notes pel cos i el cap quan sents tendresa?
  - o Què et provoca tendresa?
  - o Què et neix de fer?

## **EIX de la MÚSICA**

La música és essència de vida, ens uneix com a persones i, sovint, ens ajuda a dibuixar el nostre present i el nostre entorn. Els Xiula creiem en la música també com a eina per a generar canvis socials i fins i tot, com a eina terapèutica per entendre'ns millor a nosaltres mateixos. És per això que les situacions diàries i tot allò que ens toca, ens fa néixer una música amb voluntat



de transformar; melodies i estils musicals que neixen des de l'emoció que ens provoca cada vivència i unes lletres que a través de l'enginy i la poesia, volen il·lustrar el que estem sentint.

La música és a més una excel·lent catalitzadora de les emocions, una gran manera de fer-los un espai i donar-los moviment. De fet, la música ens acompanya tota la vida i és precisament al costat de les nostres vivències més especials i de les nostres emocions.



### **Objectius:**

- Descobrir diferents estils de música i com ens acompanyen en els diferents tipus d'emocions
- Entendre que la música és una motor de canvi i transformació
- Aprendre noves cançons amb melodies enganxoses i una lletra constructiva i empàtica

### **Proposta d'activitats:**

- Escolteu la cançó *Benvinguts*:

<https://www.youtube.com/watch?v=skOufov3-Fw>

- o Quin estil de música creieu que és?
- o Quins instruments hi reconeixeu?
- o Per què creieu que desprèn alegria?
- o Si haguéssiu de fer un videoclip de la cançó què hi apareixeria?
- o Dibuixa com creus que és un concert de Xiula amb la informació que sents a la cançó

- Escolteu la cançó *Verdura i Peix*:

<https://www.youtube.com/watch?v=BhzKBiN2bBI>

- o Quin estil de música creieu que és?
- o Què creieu que intenta fer aquesta cançó?
- o Escriviu uns versos que rimin sobre una cosa que us faci fàstic per rapejar-los

- Escolteu la cançó *El Dentista*:

<https://open.spotify.com/track/7LZjraRni1XtYURrPVLDFE>

- o Quin estil de música creieu que és?
- o Quins instruments hi reconeixeu?
- o Compartiu el que diu la cançó sobre anar al dentista?
- o Graveu un petit vídeo (amb un primer pla) cantant una estrofa de la cançó.

- Escolteu la cançó *Si estàs amb mi*:

<https://open.spotify.com/track/3M0mOFieV2Pe554udJstHm>

- o Quin estil de música creieu que és?
- o Quins instruments hi reconeixeu?
- o Quins moments bonics compartiu amb la vostra família?

- Escolteu la cançó *De nit*:

<https://open.spotify.com/track/6gPQXcO3exeOFB0XoT7svS>

- o Quin estil de música creieu que és?
- o Quins instruments hi reconeixeu?
- o Què li cantaríeu a un nadó que acaba de néixer?
- o Inventeu una melodia que li cantaríeu a un nadó per ajudar-lo a dormir.

- Escolteu la cançó *La Festa del Temps*:

<https://www.youtube.com/watch?v=aXGH10DEhxM>

- o Quin estil de música creieu que és?
- o Quins instruments hi reconeixeu?
- o Per què creieu que es titula La Festa del Temps?
- o Dibuixa com seria una festa al cim d'una muntanya de 5472 metres.

## ENTREVISTA

Finalment us animem a que ens prepareu una entrevista als membres de XIULA sobre l'espectacle, la nostra música i les nostres aventures. Ens la podeu enviar a [info@xiula.cat](mailto:info@xiula.cat) i us la respondrem amb tot l'amor del món. I si voleu, també podem venir al vostre centre perquè ens la pugueu fer en viu i en directe; i així us podem tocar un parell de cançons o tres.

