

## El xiclet

### OBJECTIUS

Promoure la convivència i la cohesió del grup.  
Desinhibir-se davant el grup.  
Prendre consciència i control del cos i dels moviments.  
Desenvolupar el control tònic.

### DESCRIPCIÓ

Adequada per a realitzar-la a l'inici del dia per "despertar" a l'alumnat.

És un joc de calfament, amb el qual es fan estiraments a poc a poc amb totes les parts del cos. Agafem un xiclet (imaginari), ens el fem a la boca per mastegar-lo i cada vegada, aquest es fa més gran i hem d'anar afegint parts del cos per a mastegar-lo, fins que adopten formes molt exagerades i s'acaba amb tot el cos en moviment.

### DEBAT

Ha agradat l'activitat? Prenem consciència de totes les parts del cos que tenim per treballar-les?  
Hi ha algun moviment que ens costa fer-lo?

### MATERIAL

- Una aula amb cadires o diàfana

