

Guia didàctica del programa

Anem al teatre

Arts escèniques i musicals



TEMPO

De TONI MIRA

ESO

Curs 2025-2026



**Diputació
Barcelona**

Índex

<u>Presentació i objectius de l'Anem al teatre</u>	02
<u>Fitxa tècnica</u>	03
<u>Per què treballar l'espectacle a l'escola?</u>	04
<u>Com encaixa l'espectacle en el currículum?</u>	05
<u>Com treballar l'espectacle a l'escola?</u>	10
<u>Activitats</u>	
1. <u>El temps en titulars</u>	12
2. <u>El ritme del món</u>	14
3. <u>El meu temps interior</u>	16
4. <u>Ritmes que es troben</u>	17
5. <u>Il·les de ritme</u>	18
6. <u>Vivim a contratemps</u>	20
<u>Bibliografia i webgrafia</u>	21
<u>Per saber-ne més</u>	21
<u>Abans de tancar</u>	22

Presentació i objectius de l'Anem al teatre

Anem al teatre és un programa organitzat per la Diputació de Barcelona i els ajuntaments. Ofereix, en horari escolar, espectacles d'arts escèniques i musicals per l'alumnat de tres a divuit anys que cursen educació infantil (segon cicle), educació primària (primer, segon i tercer cicle) i educació secundària (ESO, batxillerat i cicles formatius de grau mitjà).

Objectius

Els principals objectius del programa són:

- Familiaritzar l'alumnat amb les arts escèniques donant a conèixer la diversitat teatral i musical.
- Contribuir a la creació de nous públics de les arts escèniques i musicals i a l'educació de la sensibilitat artística.
- Oferir als centres educatius recursos de qualitat per l'aprenentatge de les arts en el marc del currículum escolar.
- Garantir un itinerari coherent i complet d'activitats relacionades amb les arts per a cada nivell educatiu.
- Articular programacions artístiques de qualitat adequades a cada nivell educatiu.
- Donar a conèixer els espais escènics del municipi i de l'entorn.
- Reforçar i complementar les polítiques educatives i culturals locals.
- Garantir a tot l'alumnat la igualtat d'oportunitats d'accés a l'oferta artística a fi d'assegurar que no es produeix cap desigualtat per raons de territori.



Fitxa tècnica

Tempo

Sinopsi

Set ballarins, sota la direcció de Toni Mira, donen vida a una peça de dansa que investiga com els diferents ritmes musicals modelen les nostres emocions i el nostre moviment.

Tempo és un espectacle que convida a connectar el cos amb la imaginació i la memòria per evocar vivències i situacions que tots hem sentit algun cop escoltant o ballant un bolero, un vals o una peça de jazz.



Fitxa tècnica

Durada
50'

Direcció
Toni Mira

Ajudant direcció
Claire Ducreux

Intèrprets
Guillem Batlle, Cecilia Franceschelli, Vlad Ion, Raúl Melcon, Xián Martínez, Júlia Miralles, Lila Ribera i Míriam Salvador

Música Tempo
Max Villavecchia

Música Tarantella Distratta
Mario Salvi

Vídeo



Programa de mà



Per què treballar l'espectacle a l'escola?

La programació de l'Anem al teatre destaca per la qualitat artística i la idoneïtat pedagògica de les obres. L'equip de Pedagogia de l'Espectacle ha analitzat la proposta escènica identificant-ne les potencialitats per treballar amb l'alumnat i com aquestes, no només encaixen en el currículum sinó que també, esdevenen font d'inspiració pel desenvolupament d'activitats pedagògiques.

1 **La dansa com a llenguatge per pensar el temps**

Tempo apropa l'alumnat a la dansa contemporània a partir d'un tema universal i proper: el temps. L'espectacle convida a observar com el temps travessa la nostra experiència vital —les rutines, les emocions, la relació amb els altres— i com pot convertir-se en un element poètic, expressiu i de recerca artística. Una oportunitat per treballar la percepció i interpretació artística del món, la comprensió del propi cos com a vehicle expressiu i la reflexió crítica sobre la societat del temps i la velocitat.

2 **Expressar, crear i comprendre a través del moviment**

A través del cos, el moviment i la música, l'alumnat experimenta nous llenguatges de comunicació més enllà de la paraula. El treball corporal i coreogràfic potencia la creativitat, la imaginació i la col·laboració, tot afavorint la consciència del propi ritme i la gestió emocional.

3 **El temps, la vida quotidiana i els valors del present**

L'espectacle convida a repensar la relació que tenim amb el temps a la societat actual, sovint marcada per la velocitat i la immediatesa. A partir de la vivència artística, l'aula esdevé un espai per dialogar sobre benestar, convivència, gestió emocional, identitat i ús del temps digital. Aquesta mirada transversal permet treballar valors com la cura de la salut emocional, la sostenibilitat, la inclusió i la perspectiva de gènere.



Com encaixa l'espectacle en el currículum?

El currículum es fonamenta en sis vectors clau que estableixen un marc que dona identitat a l'acció educativa.



L'espectacle incideix en tots, però especialment en:

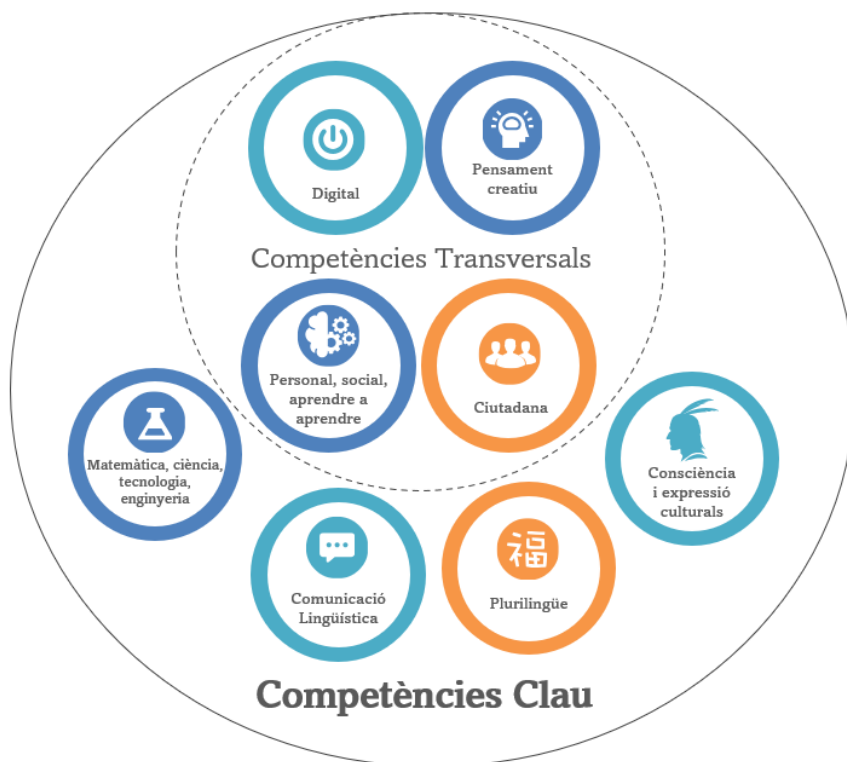
- **Enfocament competencial i comunicació expressiva:** *Tempo* promou una comprensió del cos com a instrument d'expressió i comunicació simbòlica. L'alumnat desenvolupa competències artístiques, corporals i comunicatives, explorant formes de llenguatge no verbal a través de la dansa, el moviment i la relació amb la música. Aquesta experiència afavoreix la connexió entre emoció i pensament, potenciant la creativitat i l'autonomia en la construcció de significats.



- **Benestar personal i gestió emocional:** L'experiència escènica convida l'alumnat a observar i comprendre els propis ritmes interns, a identificar emocions i a desenvolupar estratègies de regulació i cura personal. Aquest treball contribueix al desenvolupament de la competència personal, social i d'aprendre a aprendre (CPSAA) i s'alinea amb els sabers vinculats al benestar físic i emocional i a la construcció d'una identitat equilibrada i conscient.
- **Ciutadania democràtica amb consciència global:** *Tempo* obre la porta a reflexionar sobre el valor del temps en la societat contemporània, marcada per la immediatesa i la sobreexposició digital. A l'aula, aquest enfocament permet debatre sobre la gestió col·lectiva del temps, la sostenibilitat i els valors de la convivència democràtica. Això enllaça amb la competència ciutadana (CC) i amb els sabers de convivència, benestar i sostenibilitat, presents de manera transversal al currículum.



Les competències clau s'entenen com un conjunt d'habilitats i coneixements essencials per al desenvolupament integral d'infants i joves. Aquestes competències estan interrelacionades i es desenvolupen a través de diverses experiències d'aprenentatge en diferents contextos.



L'espectacle incideix especialment en les següents competències, que s'acompanyen amb l'indicador operatiu que facilita el seguiment del seu assoliment:

Competència personal, social i d'aprendre a aprendre (CPSAA)

- CPSAA1: Analitza i regula les pròpies emocions i experiències en relació amb la percepció del temps i la vivència artística, identificant estratègies de gestió personal.
- CPSAA3: Coopera activament en processos creatius i reflexius, assumint rols i responsabilitats per assolir objectius col·lectius i millorant les pròpies aportacions.

Competència en consciència i expressió culturals (CCEC)

- CCEC1: Interpreta i valora manifestacions artístiques i culturals, especialment la dansa contemporània, com a mitjà d'expressió simbòlica i comunicació d'idees complexes.
- CCEC2: Analitza les intencions i el llenguatge de les obres escèniques, reconeixent elements formals, estètics i emocionals que construeixen significat.



Competència ciutadana (CC)

- CC3: Examina qüestions socials actuals —com la gestió del temps, l'impacte tecnològic o la sostenibilitat— desenvolupant pensament crític i criteri propi.
- CC4: Participa en debats argumentats, contrastant punts de vista i respectant la diversitat d'opinions com a part de la convivència democràtica.

Competència comunicativa (CCL)

- CCL1: Elabora textos reflexius o creatius on expressa idees, emocions i interpretacions derivades de l'experiència artística.
- CCL2: Comunica oralment de manera coherent i respectuosa en situacions d'intercanvi (diàlegs, debats, posades en comú), mostrant capacitat per escoltar, argumentar i construir sentit compartit.

En relació amb les matèries, les competències específiques i els sabers, aquest espectacle us pot ajudar a treballar:

Matèria

Educació artística- música i dansa

Competència específica **01**

Analitzar produccions musicals i escèniques a través de l'escolta i l'observació activa, identificant-ne els elements i reflexionant sobre la seva funció cultural i social.

Sabers

Arts escèniques i performatives: percepció i anàlisi

- Identificació auditiva i valoració de ritmes i estils musicals (vals, bolero, jazz, música minimalista).
- Anàlisi de la relació entre música i moviment i del seu impacte emocional.
- Observació i valoració de la dansa com a llenguatge artístic en viu.

Arts escèniques i performatives: creació i interpretació

- Experimentació amb el cos i el moviment per expressar idees abstractes com el temps, l'espera o la pressa.
- Creació individual i col·lectiva de seqüències coreogràfiques a partir de pautes rítmiques.
- Valoració del procés creatiu com a part essencial de l'experiència artística.

Matèria

Educació física – expressió corporal

Competència específica **04**

Expressar i comunicar, a través del cos i del moviment, sensacions, emocions i idees de manera creativa, potenciant la confiança, la cooperació i el benestar personal i social.

Sabers

Activitat física i expressió corporal

- Consciència del propi cos i observació del moviment dels altres.
- Relació entre ritme, tempo i emoció.
- Experimentació amb diferents tempos (ràpid, lent, pausat) per transmetre idees i emocions.
- Creació de coreografies en grup, fomentant la cohesió i el treball cooperatiu.



Com treballar l'espectacle a l'escola?

L'espectacle ofereix moltes possibilitats que es poden treballar a l'escola des de diferents enfocaments. La informació que es descriu a continuació, vol esdevenir una guia pels docents per fer més fàcil l'encaix de l'experiència d'anar al teatre amb la planificació pedagògica feta o per animar-los a complementar-la amb noves accions pedagògiques.



A continuació, a tall d'exemple, s'assenyalen alguns dels continguts clau per desenvolupar una situació d'aprenentatge, projecte o centre d'interès vinculat amb l'espectacle. I a l'apartat d'activitats trobareu sis activitats desenvolupades per implementar a l'aula, tant per l'abans com pel després de l'espectacle.



Situació d'aprenentatge

El nostre temps el nostre ritme?

Context proper i significatiu: Una notícia viral alerta sobre com la pressa i la sobreexposició a les pantalles estan alterant la nostra capacitat de concentració i de gaudir del moment present. Molts adolescents diuen sentir que el temps els passa volant i que els costa recordar els detalls del que viuen. Vivim massa de pressa? Com ens afecta això com a persones i com a societat?

Repte: Investigar com la vida accelerada i l'ús constant de pantalles estan afectant la nostra percepció del temps i la nostra capacitat de viure el present.

Activitats concretes derivades del repte:

- Exploració personal per prendre consciència de com percebem el temps en la nostra vida quotidiana.
- Anàlisi i reflexió en forma de debat per contrastar idees sobre la gestió del temps a la societat actual i els seus efectes en la societat.
- Experimentació artística utilitzant el moviment, el so i la imatge per explorar conceptes com la pressa, la repetició, el record o la pausa.

Producte final de la situació: Creació d'un producte artístic que representi de manera conjunta la necessitat de pausa o de recuperar el nostre temps.

Projecte o Centre d'interès

El temps a la nostra vida i a l'art

Justificació: El temps és un concepte transversal present en totes les disciplines. Treballar-ho a través de *Tempo* afavoreix una mirada crítica sobre la seva gestió i potencia competències artístiques, expressives i socials.

Eixos temàtics del projecte:

- El temps en la vida quotidiana, els ritmes personals, la música i l'art.
- Temps i benestar: acceleració, pausa, salut i sostenibilitat.

Activitats dins del projecte:

- Experimentació del temps a través del cos, el ritme i la creació artística.
- Reflexió crítica sobre com vivim el temps avui.

Producte final del projecte: Creació col·lectiva 'Atura el temps', una peça corporal escènica per reflexionar sobre la pressa.



01

Abans de l'espectacle

El temps en titulars

Objectiu general

Prendre consciència de com la pressa i el ritme de vida actual afecten la nostra manera de viure i percebre el temps.

Objectius específics

- Comprendre el missatge de la notícia viral.
- Expressar corporalment emocions i idees associades a la pressa i la pausa.
- Iniciar la connexió entre reflexió i moviment.

Descripció

La sessió comença amb la lectura o projecció de la notícia viral 'Un estudi revela que l'estrès crònic i les malalties modernes són conseqüència d'un desajust evolutiu'. L'alumnat, en petits grups, comenta què hi reconeix i com se sent davant d'aquest fenomen: la pressa, les pantalles, la falta de pausa.

A continuació, cada alumne tria una paraula o frase de la notícia que li desperti una emoció i la converteix en un gest o moviment curt.

Després, en petits grups, els alumnes combinen els gestos individuals per crear una seqüència corporal col·lectiva que alterni moviments accelerats i moments de pausa, acompanyada de fragments musicals de tempos contrastats.



La sessió finalitza amb una posada en comú i una breu conversa sobre què significa viure accelerats i en quins moments quotidians ells senten la pressa.

Durada

60'

Espai

Aula i espai ampli

Agrupament

Individual, petit i gran grup

Material

- Notícia projectada o impresa
- Equip de so
- Camille Saint-Saëns. Aquarium
- Tarantella Napoletana (Tradic.)



Descripció

Un estudi revela que l'estrès crònic i les malalties modernes són conseqüència d'un desajustament evolutiu

Una recerca revela que el ritme accelerat de la industrialització supera la capacitat adaptativa humana, la qual cosa provoca nombrosos problemes de salut, des de l'estrès crònic fins a malalties inflamatòries.

Felip Querol | Dissabte, 22 de novembre de 2025, 11:06

Un impacte biològic negatiu

Els autors de l'estudi subratllen que aquest desajustament entre l'entorn natural i l'industrial està afectant l'evolució humana de manera perjudicial. *"Des de la Revolució Industrial, l'adaptació biològica no ha pogut seguir el ritme del canvi tecnològic i ambiental,"* assenyala Shaw. La ràpida transformació de l'entorn urbà i els canvis en els estils de vida estan provocant el que els investigadors descriuen com una "incompatibilitat evolutiva".

Font: *Catalunya Press*, 22 de Novembre 2025. Article sencer: <https://h7.cl/1fmAZ>

02

El ritme del món

Després de l'espectacle

Objectiu general

Analitzar com el ritme social i tecnològic influeix en el nostre propi tempo.

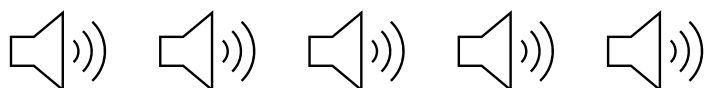
Objectius específics

- Identificar sons i ritmes quotidians.
- Representar corporalment els ritmes del món actual.
- Prendre consciència de com l'entorn accelera el nostre moviment i la nostra atenció.

Descripció

La sessió comença amb una escolta guiada de sons quotidians: trànsit, notificacions de mòbil, soroll de pati, vent o ocells.

L'alumnat tanca els ulls mentre el docent formula preguntes senzilles que ajuden a identificar-los i sentir-los físicament:— És un so ràpid o lent? Sec o suau? Ens fa tensar el cos o relaxar-lo? Ens porta pressa o calma?



Després, en petits grups, els joves reproduïxen aquests sons utilitzant el cos i els objectes propers: picar les cuixes per imitar passos ràpids, bufar per recrear el vent, fer sonar dues carpetes per simular portes, picar llapis sobre la taula com si fossin tecles de mòbil o sacsejar una ampolla amb pedretes com si fos soroll de ciutat.

Durada

60'

Espai

Espai ampli per al moviment

Agrupament

Petit i gran grup

Material

- Soroll de trànsit
- Soroll de notificació del mòbil
- Soroll d'infants jugant al pati
- Soroll de vent
- Soroll d'ocells
- Alguns objectes de percussió: llapis, ampolles, carpetes,...



Descripció

Cada grup crea una mini seqüència rítmica que representi un espai del món actual, per exemple, “el carrer”: passos ràpids, clàxons simulats amb percussió corporal; “la classe en silenci”: fregament suau de mans, respiracions lentes; “el pati”: salts, ritmes irregulars, sorolls curts; “la natura”: bufades, sons suaus amb dits, moviments amplis i tranquils.

Quan presenten les seqüències una rere l'altra, es forma un paisatge sonor col·lectiu que mostra la velocitat i la diversitat sonora del món que habiten.

L'activitat s'acaba amb uns segons de silenci absolut per notar la diferència i prendre consciència cadascú del seu tempo intern, en contrast amb el ritme extern.

03

El meu temps interior

Després de l'espectacle

Objectiu general

Explorar el propi ritme intern amb moviment i música, prenent consciència de com varia segons l'estat d'ànim i el context.

Objectius específics

- Escoltar i identificar el propi ritme corporal i emocional.
- Relacionar diferents tempos musicals amb sensacions i moviments.
- Desenvolupar l'atenció i la consciència corporal a través de l'experiència artística.

Descripció

L'activitat té quatre moments:

1, Moment de calma

- Espai en silenci.
- Estirar-se o asseure's còmodament.
- Tancar els ulls, escoltar la respiració i el batec del cor.

2, Escolta musical i moviment

Moure's lliurement deixant que la música guï el cos.

- 🔊 • Metamorphosis Two (Philip Glass) → tempo lent i constant.
- 🔊 • Experience (Ludovico Einaudi) → tempo fluid i progressiu.
- 🔊 • Peça tribal o rítmica → ritme viu i energètic.

3. Creació personal

- Cada alumne crea una seqüència que expressi el seu "tempo interior" o una emoció.

4. Compartir i reflexionar

- Posada en comú de les seqüències.
- Debat: com varia el ritme segons el moment i el context?

Durada

Dues sessions de 50'

Espai

Espai ampli per al moviment

Agrupament

Individual i gran grup

Material

- Equip de so o altaveu Bluetooth amb bona qualitat d'àudio
- Fulls i bolígrafs o targetes petites (opcional, per escriure el "tempo interior")
- Mòbil, tauleta o ordinador amb connexió a internet (o música descarregada)
- Philip Glass – *Metamorphosis Two*
- Ludovico Einaudi – *Experience*
- Rhythms of the Earth – Tribal Percussion



04

Ritmes que es troben

Després de l'espectacle

Objectiu general

Explorar com els ritmes personals poden conviure, contraposar-se o fondre's en un ritme col·lectiu.

Objectius específics

- Coordinar moviments i tempos dins d'un grup, desenvolupant l'escolta corporal i la cooperació.
- Representar corporalment la convivència entre ritmes accelerats i lents com a metàfora del ritme social actual.
- Reflexionar sobre com la pressa i la pausa afecten la convivència i el benestar personal.

Descripció

Aquesta activitat proposa descobrir com els diferents ritmes poden conviure o xocar dins el grup, tot connectant amb la notícia viral sobre la vida accelerada.

La sessió comença amb la frase “Vivim tan de pressa que oblidem viure”. El grup reflexiona sobre com representar corporalment la pressa i la calma. En petits grups, cada alumne mostra la seva seqüència personal i el grup comença a combinar-les de manera lliure, experimentant amb contrastos de tempos, moments de coincidència o aturades compartides i com interacciona en l'espai la pressa i la calma.

La docent acompanya amb propostes senzilles —accelerar un cos mentre altres s'alenteixen, trobar un gest comú o mantenir el silenci corporal durant uns segons— per estimular la interacció i l'escolta.

Després d'uns minuts d'exploració, cada grup presenta una mini peça d'un minut davant la resta de la classe. Les mostres expressen diferents maneres d'entendre el temps i la convivència entre ritmes diversos.

La sessió finalitza amb una conversa sobre què passa quan els ritmes s'ajusten o no, connectant-ho amb el nostre dia a dia.

Durada

Dues sessions de 50'

Espai

Espai ampli per al moviment

Agrupament

Grups cooperatius de 4-5 alumnes

Material

- Pissarra i guix si es volen recollir les reflexions.



05

Després de l'espectacle

Illes de ritme

Objectiu general

Explorar la relació entre música, tempo i moviment utilitzant la cadira com a element escènic i expressiu.

Objectius específics

- Adaptar el moviment i l'ús de la cadira als canvis de tempo lent i ràpid.
- Crear una seqüència corporal i rítmica col·lectiva utilitzant la cadira com a element coreogràfic.
- Cooperar amb el grup per trobar maneres creatives de transformar un objecte quotidià en part de la dansa.

Descripció

L'activitat té quatre moments:

1. Preparació

- Distribuir les cadires de manera irregular per l'aula.
- Explicar que cada cadira és “una illa de ritme”.

2. Moviment amb música

- Fragment lent (*Aquarium*): moviments amplis i pausats, lliscar la mà pel respatller, asseure's i aixecar-se amb calma, com si la cadira pesés.



- Fragment ràpid (*Tarantella*): moviments curts i enèrgics, salts lleugers, canvis de cadira freqüents, tocar el seient marcant ritme, girar la cadira, moure-la amb petits impulsos.

**Durada**

50'

Espai

Espai ampli per al moviment

Agrupament

Petits grups i grup classe

Material

- Una cadira per cada alumne
- Reproductor musical
- Aquarium — Saint-Saëns (tempo lent)
- Tarantella Napoletana (tempo ràpid)



Descripció

3. Creació en grup

- Grups de 4 alumnes.
- Consigna: “Creeu una seqüència de 20–30 segons on la cadira sigui part del vostre cos, no només un objecte”.

La seqüència ha de combinar moviment lent — transició — moviment ràpid.” Poden: entrar i sortir de la cadira, fer-la servir com a suport per canviar nivells, marcar ritmes picant el seient, moure-la creant desplaçaments visuals, coordinar moviments entre cadires, crear “estàtues” en canvis de tempo.

4. Posada en comú

- Presentació de les seqüències.
- Breu reflexió sobre com el tempo i l’objecte transformen el moviment: trien una paraula que defineixi la seva seqüència: “impuls”, “calma”, “força”, “equilibri”, “caos”, etc.

06

Vivim a contratemps

Després de l'espectacle

Objectiu general

Integrar ritme, moviment i pausa per expressar col·lectivament una reflexió sobre com vivim el temps.

Objectius específics

- Aplicar els conceptes de ritme, pausa i moviment en una creació col·lectiva.
- Expressar corporalment idees i emocions sobre la relació amb el temps.
- Col·laborar amb el grup desenvolupant escolta, presència i consciència compartida.

Descripció

Es planteja una pregunta: Com podem aturar el temps, encara que sigui per uns minuts? A partir d'aquesta idea, el grup es divideix en petits equips. Cada equip té el repte de representar una situació quotidiana —a l'institut, a casa, al carrer, amb amics— que mostri el contrast entre el ritme accelerat i la pausa conscient. L'objectiu és crear una seqüència corporal, sense paraules, en què aparegui clarament el moment en què el temps s'atura.

Els equips treballen durant uns minuts, buscant gestos, mirades o moviments que expressin tensió i alliberament. Després, el grup s'uneix per teixir un fil conductor comú: cada escena s'enllaça amb l'anterior a través d'un element compartit (una mirada, un gest, un pas lent o un silenci). El professorat ajuda a coordinar l'ordre i a cuidar la transició entre escenes, donant unitat a la peça.

Quan la composició està definida, es fa un assaig general amb atenció especial al silenci, la presència i la respiració col·lectiva. El resultat és una acció escènica, d'entre tres i cinc minuts, que expressa la necessitat de recuperar el temps propi. La mostra acaba amb uns segons de silenci compartit, com un petit gest col·lectiu per "aturar el temps".

Durada

Dues sessions de 50'

Espai

Espai ampli per al moviment (gimnàs, aula d'escenaris o pati)

Agrupament

Gran grup

Material

- Elements d'escenografia senzills (cadres, caixes, papers, rellotges simbòlics,...)
- Pissarra o mural per planificar l'ordre de les escenes



Bibliografia i webgrafia

- Generalitat de Catalunya – Currículum d'Educació Secundària Obligatòria (Decret 175/2022). <https://xtec.gencat.cat/ca/curriculum/eso/curriculum-175-2022/>
- Rosa Sensat (2019). El temps a l'escola: experiències i reflexions — article sobre com treballar el temps en l'aprenentatge i la vida quotidiana. rosasensat.org
- Article Catalunya Press, 22 de Novembre 2025. <https://h7.cl/1fmAZ>
- Camille Saint-Saëns. Aquarium: <https://h7.cl/1fjFj>
- Tarantella Napoletana (Tradic.): <https://h7.cl/1k9Z6>
- Philip Glass – *Metamorphosis Two*: [Philip Glass - Metamorphosis Two](https://www.youtube.com/watch?v=Philip Glass - Metamorphosis Two)
- Ludovico Einaudi – *Experience*: [Ludovico Einaudi - Experience](https://www.youtube.com/watch?v=Ludovico Einaudi - Experience)
- Rhythms of the Earth – Tribal Percussion: [Tribal Rhythm \(Extended Mix\) - YouTube](https://www.youtube.com/watch?v=Tribal Rhythm (Extended Mix) - YouTube)
- Biblioteca oberta i gratuïta de sons ambientals, naturals i urbans. <https://freesound.org/>
- Arxiu de sons ambientals de la BBC (ús educatiu permès). <https://sound-effects.bbcrewind.co.uk/>

Per saber-ne més

Aquí trobareu recursos pràctics vinculats amb l'espectacle per enriquir les propostes pedagògiques.

- Rivers and Tides (2001, dir. Thomas Riedelsheimer). Documental sobre l'artista Andy Goldsworthy i la seva obra efímera, que explora la relació entre natura, canvi i temporalitat. Reflexiona sobre la fragilitat, el procés i el valor del moment present, establint paral·lelismes amb la dansa de *Tempo*.
- Vídeo promocional de l'espectacle *Tempo* (Toni Mira – Nats Nus Dansa). Permet tornar a observar els elements escènics (ritme, llum, moviment) i fer una lectura crítica del llenguatge coreogràfic i del discurs artístic.
- Steve Reich – *Music for 18 Musicians* (1976). <https://youtu.be/R36S3Kldj80> Peça icònica del minimalisme musical. Permet analitzar la repetició, el pols i el ritme com a metàfora del pas del temps. Ideal per activitats d'escolta activa i comparació amb la composició sonora de *Tempo*.
- Interlude.hk – 15 peces de música clàssica sobre el temps (recurs per complementar l'activitat musical). <http://interlude.hk>
- Arvo Pärt – *Spiegel im Spiegel* (1978). <https://www.youtube.com/watch?v=TJ6Mzvh3XCc> Obra musical que transmet quietud i introspecció a través de la simplicitat melòdica. Pot utilitzar-se per treballar la idea de pausa, silenci i contemplació des d'una dimensió emocional i artística.



Abans de tancar

El programa Anem al teatre disposa d'una pàgina web, en la qual hi podeu trobar tota la informació general sobre el programa, així com les guies didàctiques que es corresponen amb els espectacles.



Si us plau, no oblideu omplir l'enquesta d'avaluació que trobareu al web. Les vostres valoracions, suggeriments i opinions ens ajuden a millorar l'oferta cada temporada.



Gràcies per venir al teatre





Ajuntaments de l'Alt Penedès, l'Anoia, el Bages, el Berguedà,
el Garraf, el Lluçanès, el Maresme, el Moianès i Osona.



**Diputació
Barcelona**

Àrea de Cultura



**Diputació
Barcelona**

Àrea d'Educació