

X CURS D'ESTIU

PEDAGOGIA COS I MOVIMENT®

“EL MOVIMENT QUOTIDIÀ”

¿Quins són els nostres usos motrius en el fer diari?

En aquesta activitat constant del nostre cos es produeix, a vegades, una utilització equivocada de les forces naturals, una disfunció que es tradueix en sobrecàrrega de determinades zones de l'organisme, acompanyades per l'afebliment d'unes altres.

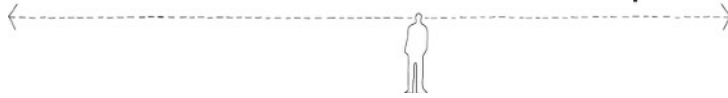
Des d'una perspectiva d'espècie, com vertebrats-quadrúpedes-bipedestants, existeix una sèrie d'habilitats que, o bé no s'utilitzen o es fan de manera inadequada. La recerca sobre el bios ens aporta un aprenentatge directe del nostre comportament motriu.

Com a objectiu general, el curs proposa re-educar els nostres hàbits de moviment quotidià des de la mirada antropològica, que integra en una unitat l'aspecte biològic i l'aspecte cultural que li aporta significat.



*Mans de les coves de Altamira. Santander*

# centre d'estudis d'educació corporal



## PROGRAMA

- La llengua i les quatre potes com a motricitat innata
- La columna reptiliana
- La simetria dreta-esquerra com a principi d'estabilitat pròpia
- De la quadrupèdia a la bipedestació. Verticalització i condició humana
- Especialització del peu i la mà en el suport i la prensió: terra i entorn
- La mirada horitzontal, perifèrica i en perspectiva
- Integració de les forces d'atracció-suspensió i la seva funció en l'equilibri personal
- La força de propulsió en la translació: agilitat, seguretat i potència
- Els plexes pèlvics i toràcics i la seva funció en la construcció dels camps de comunicació: locus propi i espai compartit

## DIRIGIT A

Persones amb o sense experiència prèvia

## DATAS

Del dilluns 6 al divendres 10 de juliol 2020

## HORARI

De 17:00 a 19:30 h

## LLOC

Teatre Sans. Carrer Sans, 5. 07001 Palma

## Nº MÀXIM DE PARTICIPANTS

10

## PREU

100 €

## FORMA DE PAGAMENT

50% de la matrícula en realitzar la inscripció, mitjançant transferència bancària al compte nº ES68 2056 0006 3610 0083 9421  
50% a l'inici del curs per transferència o en efectiu

## INSCRIPCIÓ

Enviar per correu electrònic la fitxa d'inscripció a [cosimoviment@gmail.com](mailto:cosimoviment@gmail.com)  
Consultes per telèfon: 645 481 642