

Camiño das estrelas

Vía da Prata

Guías educativas



**GUÍA ACTIVIDADES PARA SECUNDARIA EN
GALEGO**

REALIZACIÓN

Autoría:

Asociación Trebellos de Mediación
María Sonia Paz González

Coordinación:

María Otilia González Rodríguez

Contidos:

María Otilia González Rodríguez
María Sonia Paz González

Colaboracións:

Paco Boluda
Cristina Ouro



ASOCIACIÓN TREBELLOS DE MEDIACIÓN

É unha asociación, para a Prevención, Xestión, e Resolución de Conflitos de maneira positiva (comunidade educativa, familiar, Social...), Onde se fomentan todas as Técnicas das Prácticas Restaurativas (Escoita activa, comunicación non violenta, dialogo, emocións...)

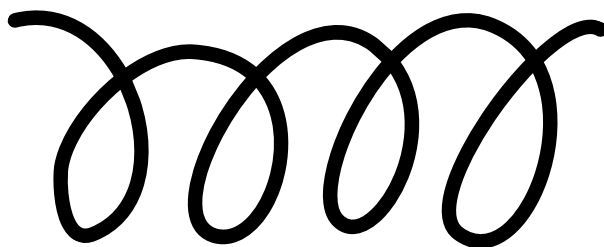
OBXECTIVOS

- Fomentar o coñecemento e os valores positivos da Vía da Prata
- Potenciar a xestión de emocións, a imaxinación e a creatividade
- Poñer o alcance de todos/as a cultura, historia, artesanía da Vía da Prata e o camiño de Santiago
- Coidar as raíces da nosa cultura e saber popular a través da Vía da Prata

MEMORIA DA GUÍA

Dende Asociación Trebellos de Mediación coa colaboración de María Sonia Paz González, xunto con outros colaboradores presentan unhas guías educativas para dar a coñecer e afianzar a Vía da Prata, ademais de traballar a igualdade de xénero, o respecto polas diferencias dos demais, a tolerancia, inclusión...

Cun formato apaptado as diferentes idades educativas, as sesións estan descritas con todo o material que fai falta para a súa realización ; Todo o material poderase descargar gratuitamente na Páxina Web da Asociación Trebellos de Mediación. Cada guía ten asignada unha cor, que representa unha idade.



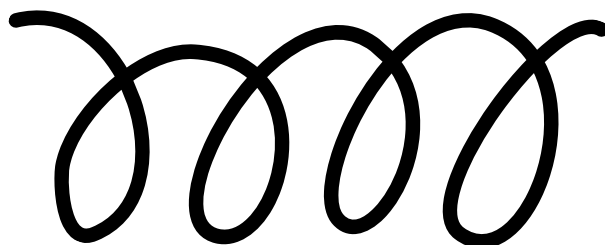


MEMORIA DA GUÍA

METODOLOXÍA

A metodoloxía educativa preséntanse como un conxunto de actividades, planificadas, de maneira consciente e reflexiva, coa finalidade de posibilitar a aprendizaxe sen esquecer os beneficios do xogo, ademais dos valores (respecto, asertividade, traballo en equipo, escoita activa, comunicación non violenta, igualdade...), que comparten os peregrinos/as o longo da súa experiencia.

Así as sesións propostas, fanse en actividades onde aparece todo o material, duración, e obxectivos.





SESIÓN

INDICE

Sesión: 1:Guía do Camiño “Ruta Vía da Prata”

Sesión 2: Cantar de Cego

Sesión 3: A Túa Ruta Xacobeana.

Sesión 4: O Camiño das Estrelas

Sesión 5: Emocións na Vía da Prata

Sesión 6: Cancións no Camiño

Sesión 7: Asertividade na Vía da Prata

Sesión 8: Escalada na Vía da Prata

Sesión 9: Monumentos da Vía da Prata

Sesión 10. Arquitectura Culinaria

Sesión 11: Contos e Lendas da Tradición Oral

Sesión 12: Fauna e Flora da Vía da Prata

Sesión 13: Monumentos e Símbolos da Vía da Prata.

Sesión 14: A Vía da Prata en Danza

Sesións 15: Artesanía na Vía da Prata

Sesións 16: Coeducación: O Camiño en Feminino

SESIÓN: 1 GUÍA DO CAMIÑO "RUTA VÍA DA PRATA"



Duración: 50min/3 sesións

Material:

Información sobre o camiño buscala en libros ou Google, papel mural, folios, Rotuladores celo, cola, pinturas, Pinceis, novas Tecnoloxías ordenadores

Obxectivos:

- Adquirir coñecemento do camiño e do xacobeo
- Potenciar a lectura e as técnicas de esquematización e resumen
- Desenvolver o traballo en equipo

Actividade:

Por grupos de 6 poñen en común nunha treboada de ideas o que saben da Vía da Prata. Confirmar a información e ampliála.

Facer a súa Guía da Vía da Prata e Presentar a guía nun mural ou formato dixital, para poder compartila cos demais.



SESIÓNS 2: CANTAR DE CEGO

Duración: 50min / 2 sesións



Material:

Folios, rotuladores, papel mural, pinturas, Pinceis

Obxectivos:

- Potenciar a imaxinación, descubrir a rima a través do cantar de cego
- Desenvolver o traballo en equipo
- Adquirir un amplo vocabulario da vía da Prata

Actividade:

Dialogo sobre o que poden ser os cantares de cego diferencias que ven sobre os cantares de cego e a musica actual, Ver vídeo Anexo 1, sobre este tema para logo comentalo comparar Vídeo.

Cantar de cego sobre a vía da Prata, En grupos de 4 teñen que inventar un cantar de cego sobre a vía da Prata (historia en pareaos).

Facendo debuxos para representar cada pareaos, e os expoñen mentres van sinalando cun punteiro(regra grande) a medida que van recitando o poema.

SESIÓNS 2: CANTAR DE CEGO

Actividade:

Variante:



En vez de os debuxos os compoñentes do grupo poden ir dramatizando o poema con Xestos ante os demais.

Para a composición do romance podedes utilizar a Análises estrutural e o exemplo anexo 2



Anexo 1 Cancións de youtube sobre o cantar de cego

Alalá nº 204 "Tundal: Cantares de Cego na feira de Doncos" - TVG
<https://youtu.be/PueeLLwOWok>



Anexo 2 Ficha Técnica: Sobre os Cantares de Cego

Os encargados de reproducir e compoñer estas cantigas eran os xogares e trovadores que percorrían as cidades e pobos de toda Europa coas súas cancións, narrando tanto a vida de personaxes, como as dificultades do Camiño en certos tramos e divulgando os seus múltiples coñecementos por cada localidade que pasaban.

Destacamos dous exemplos onde se fai referencia o Camiño de Santiago:

“Cantar del Mío Cid”

“Ya se parte Don Rodrigo,
Que de Vivar se apellida
Para visitar Santiago
Donde va de romería...”

“Cantigas de Santa María”

“Semellança fillou de Santiãgo
e disse: “Macar m' éu de ti despago,
a salvaçon éu cha trago
do que fust' errar,
por que non cáias no lago
d' iférno, sen dultar”

Anexo 2 Ficha Técnica: Sobre os Cantares de Cego

Avanzando un pouco mais no tempo desde finais do século XIV e durante o XV, os xograres e trovadores foron substituídos pouco a pouco por outro tipo de artistas que conservaron a tradición de ir de localidade en localidade cantando como recurso de obtención de esmola e sustento, entre eles van predominar xentes con problemas físicos sobre todo de visión (Cegos) que cos seus romances e coplas acompañadas de guitarra, violín, zanfona ou pandeiro.

Son ben recibidos entre as xentes a sentadas o longo do camiño así como polos peregrinos, que escoitan as heroicas historias de xénero épico, sobre terras afastadas, heroes, vinganzas, apresamentos, lendas, milagres... que son correspondidas sempre con algunhas moedas; Os Romances de cego chamados tamén Aleluyas ou Pregos de Cordel, narraban historias en verso, ilustradas con imaxes.

Xorden no século XV tras a creación da imprenta, e chamábanse de cordel porque para mostralos e vendelos colgábanse dunha corda, para gañarse a vida. O cego, acompañado por un lazarillo, reunía ás xentes dun barrio ou pobo na praza e alí despregaba un gran cartel onde estaban pintadas as escenas da historia. Entón, sinalando as escenas cun bastón, empezaba a declamar en alta voz as estrofas da historieta.

Anexo 2 Ficha Técnica: Sobre os Cantares de Cego

ANÁLISE ESTRUCTURAL

- 1.-Carácter oral (é frecuente unha introdución dirixida a captar a atención do auditorio); publicidade e esaxeración da historia que se vai contar
- 2.-Esquematismo de raíz medieval; abundancia de detalles morbosos e descritos de forma minuciosa
- 3.- Constante implicación do auditorio con alusións directas; invocacións á Virxe ou á Fama
- 4.- Insístese na verosimilitude do relato (como no actual baseado nun feito)
- 5.-Razóns morais ou finais moralizantes
- 6.- Desenlaces breves (coma se houbera que “saír correndo xa”)

Anexo 2 Ficha Técnica: Sobre os Cantares de Cego

EXEMPLO CANTAR DE CEGO

En unha parte do camiño
Ocorreu unha triste historia.
Un mozo namorado
Recibiu un día un recado.

A dama a quen el quería
De febres ardía
Nin medico, nin curandeiro sandar
A dama podían

Entón o xograr desesperado
Iniciou camiño a ver o Apóstolo a Santiago
Coa esperanza de que o bo Apóstolo,
Concederalle o milagre de curar a súa
Dama e librala da gaña.

Anexo 2 Ficha Técnica: Sobre os Cantares de Cego

EXEMPLO CANTAR DE CEGO

O xograr cumpriu promesa fixo o camiño
Chegou a Santiago, visitou o Apóstolo

E regresou Xunto a súa dama
Que xa co seu ultimo alento Repetía sen cesar
Que viñera o seu xograr.

Cando por fin chegou O xograr encontrouna finada
Apertouna entre os seus brazos E cando a concha de
peregrino tocou A dama.

Milagre, milagre, esta regresou a vida Como se nada

E con festas e ledicia Volveron xuntos facer o camiño
Dando grazas o Apóstolo, Viviron felices coma
peregrinos.

SESIÓN 3: A TÚA RUTA XACOBEOA.



Duración: 50 min / 3 sesións

Material

Información das rutas e do xacobeo, papel mural, rotuladores pinturas, pinceis, celo, tesoiras, cola.

Obxectivos:

- Adquirir coñecemento do camiño a través da cultura, historia, e gastronomía que o acompaña
- Potenciar a imaxinación, descubrir novas rutas
- Desenvolver o traballo en equipo

Actividade:

Iniciamos dialogo sobre as rutas xacobeas e Recadamos información das diferentes rutas do camiño de Santiago.

Por grupos de 6 os participantes terán que redactar unha ruta xacobeas que aínda non este feita.

Nesta nova ruta ten que constar:

1. Nome da ruta
2. De onde parte, Numero de etapas
3. Puntos turísticos, culturais, gastronómicos que ofrece cada etapa
4. Servizos básicos que lle ofrece os peregrinos como onde durmir, servizo medico...

Unha vez tendo os catro puntos feitos terán que plasmar a súa ruta nun mural, con mapas, debuxos, fotos etc. para presentala diante dos demais participantes

SESIÓN 4: O CAMIÑO DAS ESTRELAS.

Duración: 50 min / 1 sesión



Material:

Anexo 3 Ficha actividade, rotuladores

Obxectivos:

-Potenciar o coñecemento do camiño a través da astroloxía

Actividade:

Iniciamos dialogo, por que se chama o camiño de Santiago o camiño das estrelas? , Que une as estrelas e o camiño de Santiago?

Buscar que constelacións están presentes no camiño de Santiago logo na ficha das constelacións os participantes terán que crear o debuxo dunha constelación, unindo os puntos con liñas como eles/as imaxinen creando a súa propia constelación e pórllle nome



Anexo 3: Ficha técnica das Constelacións

Que son as constelacións?

As constelacións son grupos de estrelas que forman figuras no ceo. As galaxias son grandes agrupacións de millóns de estrelas e nebulosas.

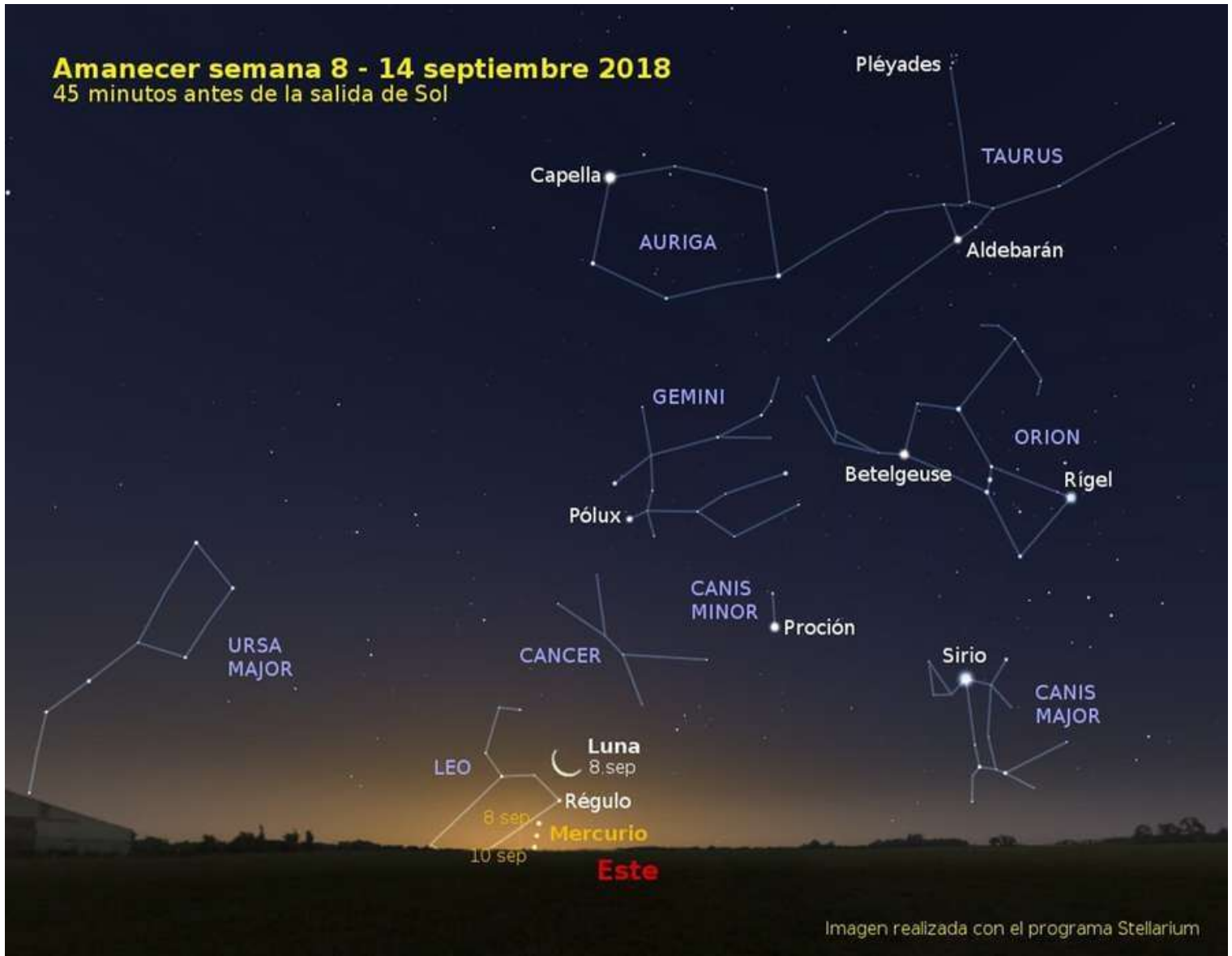
A nosa galaxia denomínase Vía Láctea. As estrelas son astros que teñen luz propia e emiten calor.

Que é a Vía Láctea?

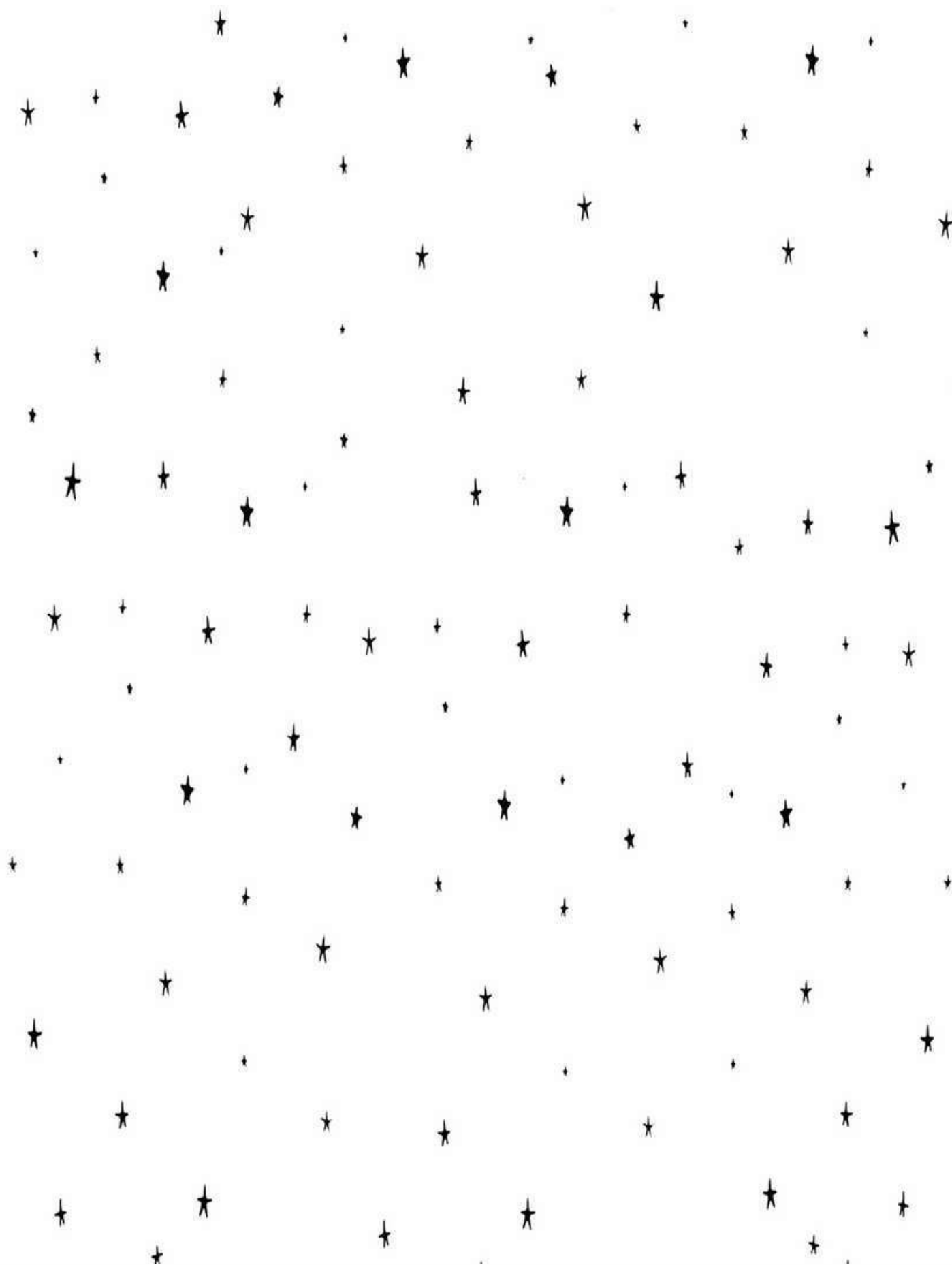
A Vía Láctea é a galaxia da cal forma parte o sistema solar, é dicir, a galaxia onde se atopa a Terra. Consiste nunha xigantesca agrupación de estrelas, planetas e nubes de gas con forma de espiral barrada e un diámetro medio de ao redor de 200.000 anos luz.

O nome Vía Láctea provén da mitoloxía romana, e esta de a grega, que significa en latín camiño de leite. Esa é, en efecto, a aparencia da tenue banda de luz que atravesa o firmamento terrestre, e así o afirma a mitoloxía grega, explicando que se trata de leite derramado do peito da Deusa Hera (Juno para os romanos). Rubens representa a lenda na súa obra O nacemento da Vía Láctea. Con todo, xa na Antiga Grecia, o astrónomo Demócrito (460-370 a. C.) suxeriu que aquel fai branco no ceo era en realidade un conglomerado de moitas estrelas demasiado tenues individualmente como para ser recoñecidas a primeira ollada. A súa idea, con todo, non tivo respaldo ata 1609, cando o astrónomo italiano Galileo Galilei fai uso do telescopio e constata que Demócrito estaba no certo, xa que onde queira que mirase, aquel lugar atopábase cheo de estrela

Anexo 3: Ficha técnica das Constelaciones



Anexo 3: Ficha Crea as túas constelacións



SESIÓN 5:EMOCIÓN NA VÍA DA PRATA

Duración: 50min/1 sesión



Material:

Papel mural, rotuladores, visita dunha peregrina/o

Obxectivos:

-Identificar as emocións que se viven na Vía da Prata

Actividade:

Falamos de que valores transmite a Vía da Prata?, Cales credes que son os motivos por que a xente fai o camiño?, e unha vez nel, cales serían as emocións que podemos experimentar?..

Entrevista cun peregrino/a que fixera a vía da Prata, para preguntarlle que o levou a facer o camiño e que sentiu. Con toda esa información facer un mural das emocións do camiño, formando unha colaxe das emocións.



SESIÓN 6: CANCIÓNS NO CAMIÑO

Duración: 50min/ 2sesións



Material:

Papel mural, Rotuladores, Anexo4 cancións

Obxectivos:

-Coñecer a importancia da musica e as emocións que nos transmite

Actividade:

Falamos que significa a palabra camiño para nos?, que emocións nos provoca?, coñecemos algunha frase, poesía ou canción que conteña a palabra camiño?.

En grupos de 6, leemos e escoitamos estas cancións de diferentes autores e estilos musicais, expresade vosa opinión sobre elas, trata de relacionalas co camiño de Santiago ou algunha experiencia persoal dalgún lugar que viaxaras.

Cal é a emoción que aprace nas cancións?, comparte as vosas conclusións cos demais grupos.

Poñer as conclusións nun mural para compartilo con todos

Anexo 4: Cancións

El Camino mas Largo - Rafa Espino -

<https://youtu.be/BVznuVctmdU>



Ese Camino -Julieta Venegas-

<https://youtu.be/jKvmNUfmFf>



Anexo 4: Cancións

Camino Libre - Chambao- <https://youtu.be/gWJdUWV>



Camino – Jarabe de Palo-
<https://youtu.be/J4i3hCo1JSE>



Anexo 4: Cancións

Letra El Camino mas Largo - Rafa Espino

Una cascada también nace de una gota, ¿sabes?
¿Quién no se ha sentido perdido alguna vez?
Triunfar es llegar donde pocos tocan Solo es parte del camino
Tu valía es tu respuesta en las derrotas Así que párate y
pregúntate Para unos cuestión de suerte, pa' mí cuestión de pelotas
¿Sabes en realidad qué esperas? Sigue adelante, que para cambiar
de rumbo
¿Acaso necesitas quedarte sin tiempo para valorar el que te queda?
Tienes la oportunidad sesenta veces por segundo
Si fuera tu último día Si fuera sencillo llegar alto, me pregunto
¿De verdad lo vivirías como siempre o cambiarías la manera?
¿Dónde se ha metido todo el mundo?

Yo también estuve roto y me permito tener dudas
Ve por el camino
largo, sé que será complejo

A veces ni yo mismo creo en mí Pero es que el camino fácil nunca
iba a llevarte lejos Pero lo gris también puede lucir bonito Una
lección por cada huella que le dejas Y la canción que he escrito es
justo la que necesito oír Que en la piedra que tropiezas tienes el
mejor consejo

Anexo 4: Cancións

Letra Una cascada también nace de una gota, ¿sabes?

Querrás tirarlo todo cuando caigas Solo otro paso más da tu mejor intento Parece que luchar no merece la pena ¿Acaso no sería aburrido llegar sin esfuerzo? Pero siente cómo corre por tus venas mientras andas Cuando más ganas tengas de querer dejarlo, estás a punto de Si no recorres camino, ¿qué valoras cuando llegas? lograrlo Un paso menos para hacerlo...



Anexo 4: Cancións

Letra : Ese Camino -Julieta Venegas

Caminé ese camino

Me encontré con su brillo Esa es una
verdad

Que en mí siempre vivirá Caminé
ese camino

Me encontré con su brillo Esa es una
verdad

Que en mí siempre vivirá Háblame
con cuidado

Si vas a hablar de lo que fui Mi
pálida infancia

Ya está tan lejos de aquí Aún me
estremezco ahora Cuando me
encuentro ahí Por un momento una
niña Solo quería ser feliz

Caminé ese camino Me encontré
con su brillo Esa es una verdad Que
en mí siempre vivirá Caminé ese
camino Me encontré con su brillo

Anexo 4: Cancións

Letra : Ese Camino -Julietta Venegas

Esa es una verdad Que en mí
siempre vivirá Cambié de piel
tantas veces Temores en sueños
también El tiempo pasaba Dejando
huella en mi corazón Aunque mi
memoria mienta Traigo una
historia en mí La digo sin darme
cuenta La cuento sin decir...



Anexo 4: Cancións

Letra Camino Libre - Chambao

Escenario de una carrera en medio de la selva Entre el jaguar y la
gacela la muerte les acecha Pisándole los talones y escapando
por los pelos

Así me siento yo, con los cuarenta entre mi pelo Cansada de este
mundo normal

De seguir a los demás, de lo habitual
Alcanzar esa estrella fugaz

Conectar con mi canal, con mi libertad

Muriendo para nacer de nuevo, por pura intuición Dejando paso
a un nuevo ciclo, continua evolución Las ganas de vivir que tengo,
me curo por dentro Sanaron el corazón y las heridas de mi cuerpo

Cansada de este mundo normal

De seguir a los demás, de lo habitual
Alcanzar esa estrella fugaz

Conectar con mi canal, con mi libertad

Anexo 4: Cancións

Letra Camino Libre - Chambao

Cansada de este mundo normal
De seguir a los demás, de lo habitual
Alcanzar esa estrella fugaz
Conectar con mi canal, con mi libertad
Camina libre, camina
Camina libre, camina
Camina libre,
camina Cansada de este mundo normal
De seguir a los demás, de lo habitual
Alcanzar esa estrella fugaz
Conectar con mi canal, con mi libertad
Cansada de este mundo normal
De seguir a los demás, de lo habitual
Alcanzar esa estrella fugaz
Conectar con mi canal, con mi libertad

SESIÓN 7: ASERTIVIDADE NA VÍA DA PRATA



Duración: 50min/2 sesións

Material:

Papel mural, rotuladores, Anexo 5 ficha información

Obxectivos:

- Fomentar a comunicación asertiva, xestión emocional
- Saber afrontar os conflitos dunha maneira asertiva

Actividade:

Coñecemos que é asertividade e a táboa de dereitos asertivos que temos, Usamos algún nas nosas vidas?, como os adaptarías os valores do camiño de Santiago? Facemos un mural sobre estes dereitos asertivos en común engadindo os dereitos que nos creamos que falten, ademais de poñer que é asertividade para eles/as

Variante:

En grupos de 4 damos unhas situacións onde terán que poñer como reaccionarían de xeito asertivo, explicar o por que da súa reacción, posta en común, cal e a mellor solución segundo eles/as?, Cal lle resulta mais fácil de aplicar e por que?, con cal se identifican?



Anexo 5: Ficha da Asertividade

Asertividade:

Ser asertivos significa expresar pensamentos e sentimentos de forma honesta, directa e correcta. Implica respectar os pensamentos e crenzas doutras persoas, á vez que se defenden os propios. Expressar adecuadamente os sentimentos e desexos require dunha importante habilidade persoal e interpersoal

Tabla de Derechos Asertivos: Derecho a ...

- ◆ Ser tratado con respecto y dignidad.
- ◆ Tener y expresar los propios sentimientos y opiniones,
- ◆ Ser escuchado y tomado en serio.
- ◆ Juzgar mis necesidades, establecer mis prioridades y tomar propias decisiones.
- ◆ Decir "NO" sin sentir culpa.
- ◆ Pedir lo que quiero, dándome cuenta que la otra parte tiene derecho a decir "no".
- ◆ Cambiar
- ◆ Cometer errores
- ◆ Pedir información y ser informado.
- ◆ Obtener aquello por lo que pagué.
- ◆ Decidir no ser asertivo

Anexo 5: Ficha Situacións

Situación 1

Unhas amigas deciden facer o camiño de Santiago, Ana gustaríalle facer a ruta da vía da Prata pero Sara sen preguntar decide ir polo camiño francés Como se sinte Ana?, que farías se foras ela?, e dunha forma asertiva?

Situación 2

Chegades tarde o albergue e ti estas moi cansado, os teus compañeiros deciden ir todos a tomar algo despois da cena, e ti vas para que non se enfaden contigo Como che sentes ante a situación?, Que farías?, e de forma Asertiva?

Situación 3

Pedro mira o mapa para ver si van pola ruta correcta Juan quítalle o mapa de malas formas e decide que o grupo vai por un atallo que el coñece e que lle aforrara medio día de viaxe Como che sentes ante a situación?, Que farías?, e de forma Asertiva?

Situación 4

Estades comendo e un dos do grupo de peregrinos ponche un alcume que os demais faille moita graza pero a ti ningunha, pero non sabes si dicir algo ou non para que non te chamen aburrido ou cousas peores Como che sentes ante a situación?, Que farías?, e de forma Asertiva?

SESIÓN 8: ESCALADA NA VÍA DA PRATA



Duración: 50min/ varias sesións

Material:

Bancos suecos, cordas, espalderas, colchonetas, Anexo 6

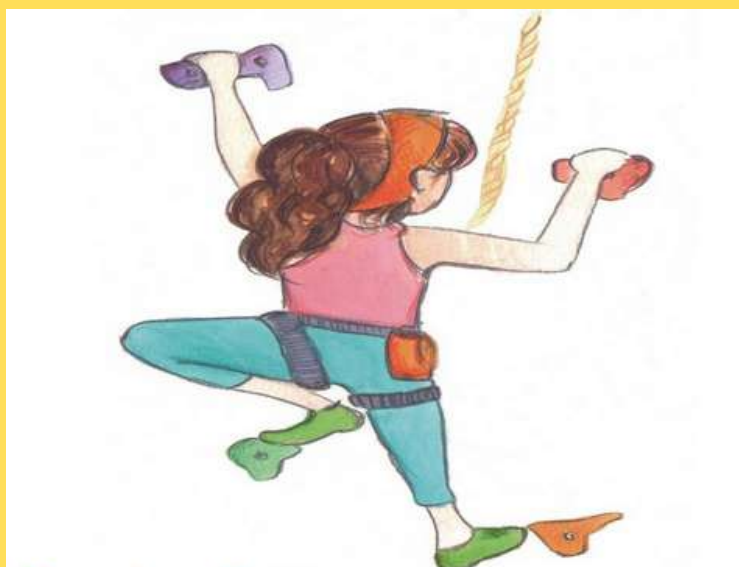
Obxectivos:

- Potenciar os ámbitos socio-afectivo e psicomotor a través da escalada.
- Vivenciar o esforzo físico e mental que se require para a realización da vía da prata.

Actividade:

Comezamos a sesión cunha asemblea en círculo. Sentados no chan. A persoa que dirixe a sesión explica que na vía da prata así como outras rutas do camiño, hai tramos que poden ser complicados e por iso vamos ver escalada.

Xogos e exercicios no Anexo 6



Anexo 6: Ficha Informativa Exercicios espalderas

Os diferentes exercicios de escalada sobre espalderas, propostos:

- 1.- O máis fácil, pasar as espalderas de forma libre de esquerda a dereita, ou de dereita a esquerda.
- 2.- De lado a lado, utilizando unha soa man e os dous pés.
- 3.- De lado a lado, utilizando as dúas mans e un só pé.
- 4.- Atar unha corda arriba da espaldera e subir a ela sen tocar a espaldera coas mans, ata chegar ao final da corda. Tamén se pode facer do mesmo xeito ao baixar.
- 5.- Atar varias cordas na parte superior de varias espalderas. O neno ten que subir de lado a lado podendo coller coas mans, soamente as cordas fixadas ás espalderas.
- 6.- Un banco sueco inclinado engancho á espaldera. Átase unha corda arriba, e realízase róbea, ou a escalada, polo banco sueco agarrando a corda.
- 7.- Este exercicio de subir para nenos é igual que o anterior, pero en lugar de subir, baixase agarrado á corda
- 8.- Mesma disposición que os dous anteriores, pero nesta ocasión, sóbese sen agarrarse á corda, soamente ao banco. A baixada tamén se pode realizar deste xeito, podendo utilizar o banco en modo de tobogán

Anexo 6: Ficha Informativa Xogos espalderas

Cambio de roupa dos peregrinos!

Por parellas, colgados nas espalderas, tentan facer un intercambio de pezas (fáceis de poñer e quitar). Pódenos servir, en niveis máis avanzados para reflexionar sobre a importancia dos apoios.

Cruzamento.

Divídese a clase en catro grupos de igual número. Póñense catro bancos suecos en forma de cruz. Cada equipo na punta dun dos bancos suecos. O obxectivo é tentar pasar á beira oposta. O rapaz/a que caia volve empezar. Este xogo resulta bastante divertido e motivante ao supoñerlles un auténtico reto

Substitucións en vertical! As típicas carreiras de substitución, pero sobre as espalderas.



SESIÓN 9: MONUMENTOS DA VÍA DA PRATA

Duración: Non ten tempo establecido

Material:

Papel mural, fotos monumentos, celo

Obxectivos:

-Coñecer o patrimonio arquitectónico da vía da prata na nosa cidade para poder desfrutalo e coidalo

Actividade:

Prepara unha saída pola cidade para ver por onde pasa a vía da prata e os monumentos que ten (concello, catedral, pontes...)
Facer fotos con nenos/as incluso que eles poidan facer algunha o chegar a aula plasmalas nun mural



SESIÓN 10. ARQUITECTURA CULINARIA

Duración: Non ten tempo establecido

Material:

Papel mural, información internet, celo



Obxectivos:

- Adquirir coñecemento da Vía da Prata a través da gastronomía e as tradicións
- Fomentar a utilización de forma positiva as novas tecnoloxías

Actividade:

Recompilación de receitas, tradicións, Festas gastronómicas da vía da prata, sensacións e momentos asociados ó ciclo estacional produtivo.

Por grupos de 6 pomos en valor toda a información nun mural e animamos que fagan unha receita para compartir con todos/as.



SESIÓN 11: CONTOS E LENDAS DA TRADICIÓN ORAL

Duración: 50 minutos/ Varias Sesións



Material:

Folios, lapis, moviles, ordenadores Anexo 7 .

Obxectivos:

- Dar a coñecer os contos e lendas da tradición oral da Vía da Prata.
- Fomentar a utilización de forma positiva as novas tecnoloxías

Actividade:

En grupos de 6 buscarase información das múltiples lendas e contos da Vía da Prata, con esa información terán que facer un Stop Motion anexo 7 ademais de utilizar estas aplicacións

-Stop Motion Studio: Dispoñible para iOS e Android

-PicPac: Ferramenta exclusiva para Android

-Cloud Stop Motion para traballar en liña ou desde Android



Anexo 7: Ficha Informativa Contos e Lendas da Vía da Prata

Trátase de dar a coñecer os contos e lendas da tradición oral da Vía da Prata. “Boa parte destas narracións están apoiadas en milagres de peregrinos realizados por Santiago, a Virxe e demais santos venerados desde a Idade Media”. (Contos da tradición oral de Galicia. Contos, mitos e lendas galegas (galiciaencantada.com) Lectura da lenda “A orixe da concha do peregrino”. Bouzas. Lendas en torno ó traslado do corpo de Santiago a través do Camiño. Enlace: La leyenda del origen de la concha del peregrino - Xacobeo (accioncultural.es)

Ficha Técnica Stop Motion.

O stop motion é unha das técnicas de animación máis empregadas. Con ela lógrase aparentar o movemento dun obxecto estático a través dunha serie de imaxes fixas sucesivas. É unha disciplina artística moi rica que admite moitas variantes, segundo o material con que se traballe: plastilina, barro, obxectos ríxidos, recortes de papel, xoguetes, etc. Neste post mostrámosche algúns exemplos de stop motion.

Para empezar a facer stop motion necesítase, basicamente, unha idea, creatividade e moi poucas ferramentas. Basta un móbil ou cámara de vídeo con trípode e unha aplicación ou software para editar o proxecto.

Anexo 7: Ficha Informativa Contos e Lendas da Vía da Prata

Ficha Técnica Stop Motion.

O proceso creativo require, iso si, dun pouco de tempo e paciencia, para ir cambiando de posición o obxecto e sacar as sucesivas fotografías que logo xerarán a ilusión do movemento. Hai que ter en conta que para conseguir a fluidez dunha película, haberá que sacar 24, 25 ou 30 fotogramas por cada segundo (fps) de vídeo, aínda que con polo menos 10 fps será suficiente para un stop motion sinxelo feito por un principiante.

Facer as fotos en interior para controlar mellor a iluminación e utilizar unha pantalla verde (para poder substituír o fondo por calquera outra imaxe ou vídeo) son dous pequenos trucos para dar un aspecto máis profesional ao stop motion. Calquera dos exemplos de stop motion que che mostramos a continuación pode servir de guía para iniciarse nesta técnica de animación:

Exemplo: Corazón de papel (de Andrés Cordero)

Este exemplo de stop motion sinxelo de apenas dous minutos é un dos máis visualizados en Youtube e unha boa mostra das posibilidades creativas duns recortes de papel e unha cámara de fotos.



SESIÓN 12: FAUNA E FLORA DA VÍA DA PRATA

Duración: 50 minutos/ Varias Sesións

Material:

Papel mural, rotuladores, Anexo 8 .



Obxectivos:

- Dar a coñecer os contos e lendas da tradición oral da Vía da Prata.
- Fomentar a utilización de forma positiva as novas tecnoloxías

Actividade:

Recoñecer as especies tanto de flora e fauna autóctona da vía da prata e da comunidade, logo Inicio dun dialogo con ideas para ver como as protexemos, poñer nun mural.

Variante:

Visita a unha etapa da vía da prata para recoller mostras para a creación dun herbario da comarca, traballando a memoria colectiva sobre plantas, as súas propiedades medicinais, etc.



Anexo:8 Descubre cal destas especies de plantas son autoctonas da vía da prata



Anexo 8 Di os animais que son especies invasoras da vía da prata e a comunidade



SESIÓN 13: MONUMENTOS E SÍMBOLOS DA VÍA DA PRATA.

Duración: 50 minutos/ Varias Sesións



Material:

Fotografías, imaxes dos monumentos ou símbolos da Vía da Prata, papel mural, cartolinas cores, rotuladores, cola .

Obxectivos:

- Fomentar a creatividade, imaxinación, e as artes plásticas como o collage a través da vía da Prata
- Coñecer mellor os monumentos e símbolos da vía da prata

Actividade:

Dialogamos sobre os distintos monumentos ou símbolos que hai o longo da ruta Vía da Prata e por grupos de 6 facemos que os participantes escollan monumento ou símbolo, terán que realizar unha reinterpretación, poñendo o obxecto nun entorno distinto onde estaría sempre, logo poderase crear unha nova colaxe da imaxe ou debuxo creando outro novo.

Variante:

Pódense realizar carteis para promocionar a Vía da Prata, Visualización da exposición “Carteles para un Camino, 100 años de ilustración jacobea”. Enlace: [Carteles-para-un-camino_2021_DIG_compressed.pdf](https://www.con-sejojacobeo21.es) (con-sejojacobeo21.es) e realizar un concurso

SESIÓN 14: A VÍA DA PRATA EN DANZA

Duración: 50 minutos/ Varias Sesións

Material:

Equipo de son, Youtube, anexo 9

Obxectivos:

- Potenciar os ámbitos cognitivo, socio-afectivo e psicomotor a través da danza.
- Vivenciar as emocións da danza e a vía da prata

Actividade:

Propomos por grupos de 6 que busquen a relación entre as danzas non fai falta que sexan tradicionais, as emocións que expresan e a vía da prata, poden preparar unha coreografía para mostrar estas danzas.

Información destas danzas no anexo 9



Anexo 9: Ficha Técnica Danzas Tradicionais

“As danzas rituais son un patrimonio cultural pouco coñecido e valorado que nos falan de historia, de procesos de adaptación aos diferentes territorios”.

(Vía de la Plata - Camino de Santiago en Galicia: web oficial).

Definición:

“O baile tradicional galego é unha cultura moi complexa, cun rico patrimonio folclórico. Dentro de Galicia dependendo da zona a que vaias valo encontrar de formas diferentes, hai sitios que no que ten máis influencia a “muiñeira”, noutros a “xota” e na zona máis pegada a Portugal as “polkas”. Pero a muiñeira é un dos ritmos máis coñecidos e utilizados. Fíxose tan popular que sufriu múltiples variantes. Aínda que todas teñen a mesma estrutura musical, o seu ritmo é máis rápido e alegre.

Logo podes ver os diferentes tipos de bailes que existen na nosa cultura: Bailes soltos: muiñeira e xota (dentro de cada un deles hai diferentes tipos). Bailes agarrados (pasodobre, Vals, rumba, mazurca, polka...).

Danzas: As danzas teñen unha coreografía precisa que non varía, polo contrario os bailes teñen unha parte de improvisación e sorpresa.

Anexo 9: Ficha Técnica O Release e o Flying Low

Definición:

“A técnica release é un grupo de principios e métodos de adestramentos de baile que se usan na danza contemporánea. Estes principios salientan a liberación da tensión muscular cando se realizan movementos. O propósito é lograr un uso eficiente da enerxía e da anatomía para que os movementos se fagan co mínimo esforzo.

Os principios da técnica reléase axudan a desenvolver conciencia acerca da aliñación corporal, a respiración, o mecanismo orgánico das articulacións e a distribución do peso no corpo.

Con estes principios os bailaríns aprenden a moverse dunha maneira orgánica e fluída. Aprenden a usar a forza da gravidade o seu favor en vez de usar a forza muscular”.

(Técnica Release (danzaacontemporanea.blogspot.com)).

Definición:

“A técnica Flying Low traballa como entrar e saír do chan a través de simples patróns de movemento que implican a locomoción a través de espirais, a conexión do centro coas extremidades o atopar os camiños máis eficientes usando a caída libre desde un estado de atención e alerta.

Anexo 9: Ficha Técnica O Release e o Flying Low

Un compoñente moi importante desta técnica é a presenza do grupo. Os bailaríns están conectados con todas as persoas da sala e co espazo á vez que se transitan as frases de movemento. Este traballo colectivo xera unha sensación de consciencia no espazo e de celebración”.(Flyng Low con Lucía Sánchez - Estudio 3).



Anexo 9: Ficha Técnica O Contac

Definición:

“O contact improvisación (CI) é una técnica de danza na que os puntos de contacto físico constitúen un punto de partida para a exploración do movemento a través da improvisación. É, polo tanto, una forma de danza de improvisación, ademais dunha das máis coñecidas e características formas de danza posmoderna.

A primeira performance recoñecida como contact improvisación tivo por título Magnesium. Foi realizada en 1972, guiada por Steve Paxton, e interpretada por este e bailaríns do Oberlin College”. (Contact improvisación - Wikipedia, la enciclopedia libre)

Vídeos de interese:

- Contact Improvisation 1972 - YouTube
- Steve Paxton - Documentaire Danse Contact Improvisation - YouTube

Anexo 9: Ficha Técnica O Body Weather

Definición:

“O body weather é un sistema de traballo creado en 1973 por Min Tanaka, mestre, coreógrafo e bailarín de danza butoh. É unha práctica integral exhaustiva de adestramento e actuación que investiga as interseccións do corpo e o seu entorno.

Metodoloxía básica:

1. Adestramento denominado “MB” (mente e corpo, músculos e osos).
2. Manipulación
3. Múltiples exercicios encamiñados a desenvolver a percepción, a sensibilidade e a escoita”. (Body Weather – Espacio Punto de Fuga).



Anexo 9: Ficha Técnica O Butoh

Definición:

“Abanico de técnicas de danza creadas en 1950 por Kazuo Ono y Tatsumi Hijikata. O butoh é una manifestación artística que nace da posguerra e constantemente busca reflexionar sobre a cultura nipona posterior o desastre nuclear. Visualmente é recoñecido polo uso de movementos erráticos e grotescos, en moitos casos repetitivos. Os temas do butoh suelen ser tópicos sobre a identidade, a ansiedade, o caos, críticas a sociedade posguerra, a construción do xénero e a orientación sexual. Dado que se expandiu ao resto do mundo, a súa estética e as súas temáticas adoitan ser máis abertas. Combina unha serie de elementos tradicionais do teatro xaponés, como o Kabuki, e a danza Buyo con elementos de vangarda, especialmente do baile alemán de Mary Wigman.” (Min Tanaka - Wikipedia (en-m-wikipedia-org.translate.google)).

Ficha Técnica A Biodanza

Definición:

“É un sistema de autodesenvolvemento que utiliza a música, o movemento e as situacións de encontro en grupo para afondar no autoconocemento. Busca promover a capacidade de enlazar de forma holística o un coas súas emocións e a súa expresión. Tamén sostén afondar os lazos cos outros e coa natureza, así como expresalos naturalmente”. (Biodanza - Wikipedia, la enciclopedia libre)

Visualizamos o vídeo: Clase de Biodanza en directo - Enraizamiento y apertura. - YouTube.

SESIÓN 15: ARTESANÍA NA VÍA DA PRATA

Duración: Sin tempo estipulado

Material:

Visita taller dun artesá, anexo 10

Obxectivos:

-Descubrir os oficios e artesanías típicos da Vía da Prata.
Xoiería, cestería, coiro , metal, etc.

Actividade:

Falamos dos oficios e artesanías e podemos invitar a distintos artesáns para que podamos coñecer o seu oficio ou visitalos nos seus talleres.

Información no Anexo 10



Anexo 10: Ficha Informativa Oficios Artesáns

O Coiro

Descrición: “O coiro é un material moi utilizado desde antigo para resolver diferentes necesidades, fabricando con el infinidade de obxectos útiles. Un material que se sigue empregando na actualidade para moitos usos”. (El cuero - Xacobeo (accioncultural.es)

Cestería

Descrición: “A elaboración de cestos con materiais vexetais é unha práctica utilizada desde moi antigo. Son numerosos os restos arqueolóxicos que se localizaron a pesar do carácter perecedoiro destes materiais. As fibras vexetais son un material que presenta numerosas vantaxes. En primeiro lugar porque son varias as plantas que poden ser utilizadas para esta función como a vimbia, o cáñamo, a cor xiz dalgunhas árbores, a palla...; un catálogo de plantas que podemos encontrar en moitas latitudes o que permite unha universalidade desta labor e que en cada caso adáptase aos materiais dispoñibles en cada zona. Por outro lado é moi abundante, fácil de conseguir e económica, tres circunstancias que facilitan o seu uso. Na actualidade o número de artesáns que se dedican ao oficio é moi limitado e podemos considerar que é unha artesanía que se atopa en grave risco de desaparición e, con ela, a perda duns saberes que se foron fraguando ao longo dos séculos nunha actividade a que acompañou a humanidade dende os seus máis remotas orixes. Trátase pois dunha artesanía que require de medidas urxentes para garantir a súa supervivencia e preservar así este importante patrimonio”. (Cestería y fibras vegetales - Xacobeo (accioncultural.es)

Anexo 10: Ficha Informativa Oficios Artesáns

Os metais na artesanía

Descrición: Desde a Idade de Ferro o home empregou os metais para a elaboración de diferentes obxectos e utensilios.

Asemblea de inicio:

- Breve historia do museo arqueolóxico provincial de Ourense.
- **A peza do mes:** Listado de pezas. Que é a peza do mes?
- **Servicio fotográfico.**

Solicitar ao correo: mapour@xunta.es

Solicitar por teléfono: 988788439

Actividade da sesión:

- Visita guiada ao museo arqueolóxico.

MusarqOurense | Museo Arqueolóxico Provincial de Ourense (xunta.es)





SESIÓNS 16: DE COEDUCACIÓN

O CAMIÑO EN FIMININO

E TI QUE FAS NO CAMIÑO?



Duración: 50min/1 sesión

Material:

Actividade anexo 11

Obxectivos:

- Prevención da Violencia de xénero
- Fomentar a igualdade entre xéneros

Actividade:

Preguntar para comezar un dialogo, Cantas tarefas cren que fan as peregrinas/os?, e eles/as nas súas casas cales son as súas tarefas, e as dos seus pais como as reparten?... No anexo 11 tedes as tarefas necesarias para poder completar a vía da prata ou outras rutas do Camiño de Santiago, Quen fai que e por que?



Anexo 11: Lista de tarefas para facer a Vía da Prata



Decidir o albergue no que durmir



Coidar dunha ferida leve que fixo un compañeiro/a



Consultar os mapas para dicir as rutas a seguir



Decidir a roupa que se precisa levar para facer o camiño

Anexo 11: Lista de tarefas para facer a Vía da Prata



Escoller o sitio mellor para parar a comer



Encargarse de mirar o parte meteorolóxico



PIONEIRAS



Duración: 50min/Varias sesións

Material:

Anexo 12, papel mural, rotuladores

Obxectivos:

- Prevención da Violencia de xénero
- Fomentar a igualdade entre xéneros

Actividade:

Abrimos dialogo preguntando quen coñece algunha peregrina que fixera o camiño podemos invitar a unha peregrina para que nos fale da súa experiencia, Coñecemos a Exeria a primeira peregrina, a través da ficha cos datos que achegamos, entaboamos dialogo: Coñeciades a esta primeira peregrina?, Cal creedes que serían as súas motivacións para facelo por que na súa época as mulleres non facían nada parecido?, Cales foron os obstáculos os que se enfrontou por facer esa viaxe o ser muller?, Cales serían hoxe as dificultades de habelas para facer esas peregrinacións?

Variante:

Damos a información da ficha técnica do anexo 12, e por equipos de 6 poden e facer nun mural unha liña do tempo dende a Idade antiga ata os nosos días, das primeiras peregrinas, logo xuntan os murais e o expoñen os compañeiros

Anexo 12: Ficha técnica, peregrinas

Exeria:

Muller increíble que viviu na idade antiga en concreto o Grande Imperio Romano, Exeria pertenceu a unha familia Patricia la elite da súa época, ela no século IV peregrinou dende a antiga Gallaecia (a actual Galicia), ata Terra Santa, Xerusalén.



Feito moi pouco usual para unha muller na súa época ademais de percorrer este camiño como peregrina deixouno a súa longa viaxe por escrito o seu relato foi atopado no século XIX, permitindo descubrir as condicións no o que facían o camiño ademais dos seus pensamentos e emocións durante toda a viaxe, converténdose en toda unha heroína.

Anexo 12: Ficha técnica, peregrinas

Jimena Garcés.

Esta e a primeira muller peregrina que fixo o camiño ata Santiago de Compostela No século X, ela era a raíña de Asturias e fixo o camiño xunto o Rei Alfonso III.



Gildeberta de Flandes.

Foi dende Roma ata Santiago e moitos historiadores apuntan que ela foi se non a autora a coautora xunto con Aymeric Picaud do Códice Calixtino, (E un dos documentos máis importantes da Idade Media, sendo unha auténtica guía do Camiño de Santiago)



Anexo 12: Ficha técnica, peregrinas

Bona de Pisa.

Unha moza descendente de comerciantes pisanos que iniciou varias visitas a lugares santos, entre eles o camiño de Santiago (chegando incluso a facer de guía de peregrinos).



Isabel II de Portugal

A raíña lusa, foi a primeira peregrina coñecida en realizar o Camiño Portugués. Peregrinou a Santiago en dúas ocasións quedou tan conmocionada pola dura experiencia que tiñan que vivir os peregrinos que destinou importantes cantidades de diñeiro a dotar a Ruta de hospitais e centros asistenciais.



Anexo 12: Ficha técnica, peregrinas

Tamén deu conta da súa experiencia por escrito, establecendo no seu Libro de Horas que de abril a setembro eran os mellores meses para facer o camiño, xa que partías con bo tempo, regresando antes da vendima e o frío.

Santa Brígida de Suecia. A súa vida está ligada por enteiro as peregrinacións. Facendo o camiño de Santiago por primeira vez na primeira metade do século XIV, cando o recorreu a pe co seu marido dende a ruta que separa Suecia de Santiago.

Volveu a Santiago e outros lugares de peregrinación (Roma, Xerusalén), dedicando os seus bens a obras de caridade.

Pero tamén temos peregrinas mais preto do noso tempo como escritoras e actrices famosas como **Edith Wharton**: unha das escritoras norteamericanas mais recoñecidas do século XX, autora de varios libros como “La edad de la inocencia”; esta foi unha muller como as peregrinas que vimos unha muller adiantada o seu tempo, recorreu o camiño de Santiago en dúas ocasións dende Francia, a primeira vez en 1925 e despois en 1928. Posteriormente plasmou as súas vivencias no seu libro “Back to Compostela”.

Anexo 2: Ficha técnica, peregrinas

Outras das mulleres que fixo o camiño foi a actriz americana gañadora de un óscar **Shirley Maclaine**, Comezou o se recorrido en Roncesvalles o 4 de Xuño de 1994, chegando a Santiago de Compostela un mes despois. A actriz partir de esta experiencia, escribiu un libro onde conta esa Viaxe: *The Camino. A journey of the spirit*.



Edith Wharton



Shirley Maclaine,



DISTINCIÓN DO SEXISMO E HIPERSEXUALIZACIÓN

Duración: 50min/1 sesión



Material:

Anexo 13

Obxectivos:

- Prevención da Violencia de Xénero a través do coñecemento de Sexismo e hipersexualización
- Fomentar a igualdade e o respecto entre os xéneros

Actividade:

Iniciamos dialogo que sabemos do sexismo ou a Hipersexualización, coñecemos os significados destas palabras?, Saberías poñer exemplos delas no camiño de Santiago ou nalgunha situación da vida cotiá?

Despois de escoitar os participantes lemos as definicións das palabras que podes encontrar na ficha informativa.

Aprender a través destas palabras como se exerce violencia e discriminación, física e simbólica sobre as nenas e mulleres e os estereotipos que as acompañan. Mostraremos imaxes onde os protagonistas serán as opinións dos participantes fomentando un debate sobre elas se lles parecen sexistas ou que fomentan a hipersexualización isto e positivo ou negativo para as mulleres e a sociedade en xeral. (imaxes na ficha informativa)

Anexo 13: Ficha Técnica Definición Sexismo e Hipersexualización

Definicións:

-Sexismo: Ideoloxía, comportamento ou actitude que manifesta discriminación das persoas atendendo ao seu sexo.

-Hipersexualización: Tendencia a exacerbar e a salientar as características sexuais das mulleres, percibidas e mostradas como meros corpos, e non prestar atención a calquera outra calidade ou característica definitoria



Anexo 13: Ficha Actividade: Que che trasmiten as imaxes?



Anexo 13: Ficha Actividade: Que che trasmiten as imaxes?





WEBGRAFÍA



Contact improvisación - Wikipedia, la enciclopedia libre

Body Weather – Espacio Punto de Fuga

Min Tanaka - Wikipedia (en-m-wikipedia-org.translate.goog)

Apuntes Baile tradicional.pdf (xunta.gal)

Danza contemporánea - Wikipedia, la enciclopedia libre

Flyng Low con Lucía Sánchez - Estudio 3

Técnica Release (danzacontemporanea.blogspot.com)

Mindfulness - Wikipedia, la enciclopedia libre

Yoga - Wikipedia, la enciclopedia libre

Escalada - Wikipedia, la enciclopedia libre

Vía de la Plata - Camino de Santiago en Galicia: web oficial

Guía de árboles del Camino Francés (elcaminoconcorreos.com)

Camino de Santiago en Ourense (turismodeourense.gal)

EDUCACION EMOCIONAL (xunta.gal)

Pilates - Wikipedia, la enciclopedia libre

Mitos, contos e Lendas galegas - Galicia Encantada

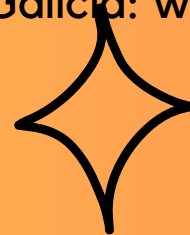
Arquitectura culinaria. Food Arquitectura - Xacobeo (accioncultural.es)

Carteles-para-un-camino_2021_DIG_compressed.pdf (consejojacobex21.es)

Cestería y fibras vegetales - Xacobeo (accioncultural.es)

El cuero - Xacobeo (accioncultural.es)

Detalle de evento - Camino de Santiago en Galicia: web oficial



VIDEOS

ALEJANDRA RAMIREZ - Técnica de Danza Release I - YouTube
Flying Low con Lucía Sánchez (Técnica de David Zambrano) on Vimeo
Contact Improvisation 1972 - YouTube
Steve Paxton - Documentaire Danse Contact Improvisation - YouTube
Min Tanaka - The Rite of Spring 1/7 (Butoh Dance) - YouTube
music:Noguchi (live electronics) / dance:Min Tanaka '06 Tokyo
【1/2】 - YouTube SANKAI JUKU Official digest movie "MEGURI" 山海
塾 - Butoh Dance 舞踏 - - YouTube Taller Iniciación al Butoh, dirección
Natalia Cuéllar (Oaxaca, México 2010) - YouTube Clase de Biodanza en
directo - Enraizamiento y apertura. - YouTube
Loie Fuller e Isadora Duncan, las rivales que inventaron la danza mo-
derna - YouTube "La Mer", Loie Fuller (1925) - YouTube
Isadora Duncan Repertory Dance Company - YouTube
Mary Wigman - Dancer, Choreographer and Pioneer of Expressionist
Dance 3 - YouTube PINA BAUSCH- café muller - YouTube
Café Müller | Trabajo sobre la obra artística de Pina Bausch - YouTube
Pina Bausch, La consagración de la primavera - YouTube
Stravinsky- Rite of Spring "Opening" - YouTube
Joseph Pilates original video - YouTube
PILATES de PIE para PRINCIPIANTES
✓ Pilates Parado en CASA - YouTube



ENLACES DE INTERESE

Xacobeo: www.caminodesantiago.gal

Catedral de Santiago: www.catedraldesantiago.es

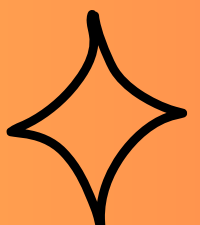
Arzobispado de Santiago: www.archicompostela.org

Oficina del Peregrino: www.oficinadelperegrino.com

Spiritual Pilgrimages (Camino de Santiago y
Camino Kumano Ko-do):

<https://www.spiritualpilgrimages.com/>

Guía Eroski: <http://caminodesantiago.consumer.es/>





ASOCIACIÓN TREBELLOS DE MEDIACIÓN

Como Contactar

Teléfono: 600 09 02 09

Correo Electrónico: trebellosmediacion@gmail.com

Página Web: <https://www.asociaciontrebellos.es>

