

LINGUAGGI ESPRESSIVI: DANZA

Il **corpo** è per il bambino strumento fondamentale di **esperienza e crescita cognitiva, emotiva e affettiva**. Egli deve imparare a conoscerlo e a gestire le sue potenzialità per uno sviluppo armonico del sé e per creare relazioni positive con il mondo esterno. Il linguaggio corporeo, infatti, è una modalità di comunicazione immediata ed efficace, diretta espressione del mondo interiore del bambino.

Attraverso il movimento egli può liberare le sue emozioni, le sue sensazioni fisiche, i suoi sentimenti, le sue immagini profonde...

Comunicare attraverso il corpo:

- permette di conoscersi più in profondità, mettendoci di fronte ai nostri limiti e alle nostre potenzialità;
- permette di poter veicolare emozioni e pensieri difficilmente traducibili a parole;
- consente di entrare in contatto con l'altro in modo più autentico e diretto.

Il movimento espressivo è come un filo sottile che unisce la parte più profonda di noi e l'esterno.

Il fine del lavoro proposto non è quello di passare alcuna tecnica di danza definita, ma, partendo dallo studio di alcuni elementi base del movimento e fornendo stimoli creativi, si vuole lavorare sulle capacità e qualità individuali. Infatti si parte dalla convinzione che ognuno sia portatore di potenzialità particolari e uniche che devono poter essere scoperte, sperimentate e valorizzate in ambito educativo.

Regole:

- dare uno stimolo e regole del gioco e stimolare la ricerca di risposte multiple. Non c'è un'unica risposta o una risposta giusta, c'è una risposta coerente.
- creare un altro mondo, in cui sorprendere, far sì che l'immaginazione e la fantasia entrino a far parte del lavoro. E' un momento in cui tutto è possibile. Giocare.
- rispettare i tempi di ingresso nel lavoro. Qualcuno ha bisogno di osservare per un po', qualcuno di essere coinvolto. Cercare noi per primi un modo diverso per entrare

in comunicazione che non sia verbale, o esclusivamente, ma avvicinarsi con il corpo, creare inviti corporei, o con tramiti (oggetti...)

- lavorare sul gruppo e sull'ascolto
- possibilità di non usare le parole, diamo compiti che richiedano molta concentrazione per esempio nell'ascolto della musica

Dimensioni fondamentali del movimento:

- tempo
- spazio
- corpo
- relazione

Questo lavoro può essere definito in vario modo: movimento creativo, danza educativa, danza terapia, danza ludica, gioco danza....per me rimane danza, ossia la ricerca poetico-espressiva del movimento.

Attività pratica:

corpo

- **cerchio:** "doccia" per iniziare (ci si sfrega il corpo con le mani, per lasciare ciò che non serve) con variazioni a seconda delle dimensioni del movimento (veloce, lenta, a coppie, muovendosi, a terra, in piedi...)
- **dire il proprio nome** con diverse modalità : iniziale disegnata nello spazio, con un ritmo, con una corsa, con un salto, a un oggetto
- **Gioco delle mani che si aprono e chiudono**, in varie direzioni spaziali ...con una parola che accompagna il movimento, sulla musica, a coppie....
- **Piccolo che diventa grande e viceversa**, con fisarmonica, con canzone palloncino
- **Create una forma piccola e una grande, diviso in due gruppi (per osservare)**
- **gioco del museo delle statue da copiare** : metà gruppo danza allo stop si ferma, arrivano gli altri e copiano un compagno, cambio ruolo e la statua vecchia se ne va.
- **Gioco touch:** un bambino fa il tablet e l'altro tocca alcune parti del corpo, il tablet può muovere solo quelle (lavoro sull'isolazione)

- **Spazio diviso in due, lavoro sugli opposti** da una parte si danza in basso, dall'altra in alto (lento-veloce/fluido-robotico/ felice-triste....)
- **Tempo:** musiche che cambino velocità, usando stoffe farle danzare sul tempo della musica, azioni quotidiani da rallentare o velocizzare
- **Relazione con oggetti:**
 - con elastico di licra a forma di cerchio creo forme (triangolo, quadrato...) usando tutto il corpo e l'elastico, con corpo seduto, sdraiato o in piedi, cercare anche forme strane, e farle copiare dagli altri...
 - con fasce più grandi
 - con un tessuto grande per tutto il gruppo, fare onde, andare sotto metà gruppo o in pochi bambini, chi è sotto con telo tirato sopra creare delle forme con il corpo.
 - Lavoro con la nuvola leggera: usando un pezzo di copritutto di plastica far lavorare sulla leggerezza, sul sospendere, sul copiare la caduta dell'oggetto, paragone con uno pesante.
 - Telo grande con buchi in mezzo: faccio sbucare solo alcune parti del corpo
 - Un oggetto condiviso, in due, (palla, tubo, stoffa, elastico) muoversi insieme, tenendo l'oggetto con diverse parti del corpo, creando forme allo stop della musica
 - Portare foto, immagini, parole e prendere ispirazione da quelle: come è la danza di questo paesaggio? Copiamo questa forma? Come danzerebbe questa scultura?.....

RILASSAMENTO

- con tubo della piscina massaggio il mio compagno sdraiato
- con una palla
- con un telo passo sopra al corpo
- oppure proprio con le mani, gioco della pizza da preparare....
- Con una storia e musica rilassante

BUON DIVERTIMENTO