

CORPOMIO

Un giorno, avevo 12 anni, mi sono visto riflesso nello specchio dell'anticamera mentre andavo a giocare a calcio, e ho visto questo ragazzino grande, che masticava la cicca, tutto vestito da giocatore di calcio, e mi ricordo che ho pensato, "Accidenti, sono proprio un ragazzo, adesso." In quel secondo, ricordo, mi sono sentito diverso. Non ero più un bambino. (Pietro).

Esplorare il corpo. Partire dal proprio corpo per leggervi il proprio passato e il proprio presente. Un presente fatto di metamorfosi rapide, quello degli adolescenti, di cambiamenti che danno orgoglio oppure imbarazzo. Siamo tutti scatole cinesi dove se in quella più piccola, quella che sta più dentro di noi, c'è l'emozione allora nella prima delle scatole c'è il nostro corpo. Attraverso il corpo l'emozione si rivela: un tic, una smorfia della bocca, un naso cresciuto all'improvviso, la voce che si è fatta più grossa, uno sguardo spavaldo o il rossore del viso. Il corpo racconta chi siamo e in ogni suo gesto c'è il rapporto dei ragazzi con il mondo e con gli altri.

Fasi di lavoro

1. Training di riscaldamento fisico. Giochi motori. Il linguaggio dei gesti. Ascoltarsi e parlare col corpo. Il respiro e la voce. Il corpo e la musica. Caos e armonia.
2. Esercizi sensoriali. Lo spazio e il movimento. La relazione con gli altri. L'incontro e la differenza. Guidare e farsi guidare.
3. Corpo e emozione. L'emozione che si svela attraverso il corpo.
4. Improvvisare col corpo. Permettere al nostro corpo di agire, creare e raccontare.
5. Allo specchio: Chi sono. Le storie che contiene il mio corpo.

Fascia d'età Scuola Media Inferiore

Incontri 8 incontri della durata di 1 ora e mezza cad.