



## Danza Creativa

Uno strumento oltre l'espressione puramente motoria

di Barbara Palumbo, Margherita Sambolino

**INFANZIA,  
PRIMARIA**

Il corso permette ai docenti della scuola dell'infanzia e primaria di approfondire la conoscenza della Danza Creativa come strumento straordinario di integrazione e inclusione sociale.

**20 ore**

### Obiettivi

Apprendere tecniche e pratiche relative a:

1. Concentrazione e Memorizzazione
2. Autocontrollo ed Espressività
3. Percezione del movimento e dell'emozione all'interno dello spazio corpo
4. Cultura del rispetto

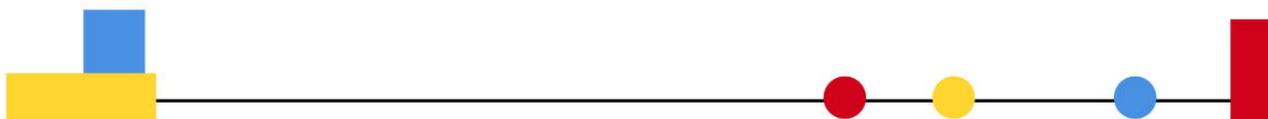
### Mappatura delle competenze attese

- Aumentare la capacità di individuazione delle problematiche di aula
- Migliorare la capacità di gestione dei problemi comportamentali e relazionali
- Facilitare l'auto-percezione del bambino come unità di corpo, pensiero ed emozione
- Favorire la sospensione del giudizio attraverso la libera espressione del Sé

### Programma

#### Modulo 1 - Presentazione (n. 3 ore)

- Criticità nell'attuale ambiente scolastico
- Perché la danza come tecnica per l'ora di motoria
- Introduzione alla danza creativa e ai suoi strumenti



- Conoscere il bambino attraverso la danza creativa
- Lavoro su sensi e sull'atteggiamento del corpo
- Laboratorio pratico

#### **Modulo 2 - Introduzione al Movimento (n. 3 ore)**

- Dove nasce il movimento (il respiro e il gesto non codificato)
- Floor work
- Laboratorio pratico e condivisione

#### **Modulo 3 - Il peso del Corpo e la ricerca dell'equilibrio (n. 3 ore)**

- Il peso al suolo
- Il peso in stazione eretta
- L'equilibrio e la ricerca del movimento fuori peso
- Lo spazio interno ed esterno
- Gestione dello spazio esterno condiviso
- Laboratorio pratico e condivisione

#### **Modulo 4 - Il Ritmo (n. 3 ore)**

- Il ritmo vitale: il battito
- Creo un mio ritmo
- Mi muovo al ritmo dell'altro
- Laboratorio pratico e condivisione

#### **Modulo 5 - Comunicazione ed Espressività (n. 3 ore)**

- Studio delle numerose potenzialità espressive attraverso movimento con intenzioni dinamiche diverse.
- Attraverso diverse dinamiche di energia e flusso di movimento racconto un'esperienza di vita vissuta
- Laboratorio pratico e condivisione

#### **Modulo 6 - Cultura del Rispetto e Relazione con gli Altri (n. 3 ore)**

- Dal lavoro individuale al lavoro a coppie
- Ricerca di una dinamica condivisa a coppie e in gruppo
- Laboratorio pratico e condivisione

#### **Modulo 7 - Test finale, Condivisione e Feedback (n. 2 ore)**

- Verifica e test finale, Condivisione delle esperienze e Feedback, Domande e Risposte

