8STORIES

FOR CREATIVITY

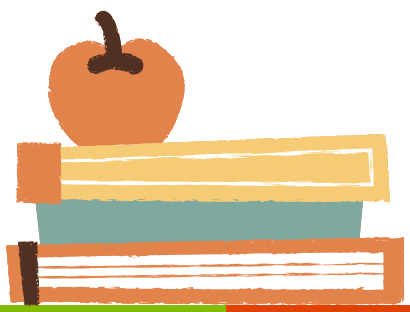
GUIDA ALLE TECNICHE DI IMPROVVISAZIONE COME BASE PER LA CREATIVITÀ

Co-funded by the European Union

INTRODUZIONE

Durante il progetto gli insegnanti hanno lavorato su TECNICHE DI IMPROVVISAZIONE DRAMMATICA, con l'obiettivo di aiutare gli studenti a familiarizzare con l'interpretazione. Gli insegnanti hanno raccontato la storia scelta e adattata alla loro regione in base alla particolare rilevanza e ai valori sociali, e gli studenti in MODI IMPROVVISATI E SPONTANEI hanno rappresentato e interpretato ciò che racconta l'adulto. Si avvia in questo modo “il gioco del teatro e dell'interpretazione”, preparando gli studenti allo sviluppo dell'opera che dovranno realizzare e interpretare attraverso i laboratori.

Dalla stessa storia improvvisata, gli insegnanti hanno stabilito proposte a cui gli studenti hanno partecipato in un contesto di sfida e avventura, con l'obiettivo di superare sfide in cui gli studenti possono sentirsi identificati emulando i loro personaggi. Gli aspetti chiave ed innovativi del lavoro si fondano fondamentalmente nella relazione e nella conoscenza trasversale di insegnanti appartenenti a culture e paesi diversi.



Co-funded by the European Union

È facile da usare, intuitivo, migliora notevolmente i rapporti di collaborazione, si integra molto facilmente in classe, non richiede alcuna preparazione aggiuntiva e può essere utilizzato da qualsiasi insegnante o esperto. Possiamo promuovere alcuni impatti chiave all'interno della classe come conseguenza della partecipazione a questi workshop:

1 I membri del team si sentiranno forti e sicuri mentre perseguono lo stesso obiettivo.

Gli studenti capiranno che il problema/l'attività che devono risolvere è un obiettivo comune. 2

3 Gli studenti saranno consapevoli del fatto che il successo o il fallimento dipenderanno dal team e non da una sola persona.

Ogni singola persona che fa parte del team dovrà portare soluzioni. 4

Abbiamo incrementato l'apprendimento cooperativo e utilizzato diverse strategie (in particolare la tecnica dell'improvvisazione teatrale) che ci hanno permesso di ottenere una maggiore motivazione e livello di attenzione da parte di tutti i nostri studenti. All'interno di questi team cooperativi possiamo trovare una distribuzione delle responsabilità che dovrà essere sempre equa per ottenere il miglior risultato dalle storie.

Co-funded by the European Union

Abbiamo evitato un'interpretazione rigida e rigorosa e ricerchiamo naturalezza e freschezza interpretativa.

L'insegnante racconta ogni passaggio della storia e gli studenti improvvisano la loro performance.

Questo è il meccanismo attraverso il quale i giovani vengono iniziati al mondo della cultura e della creatività attraverso il teatro. Con questa tecnica perfezioneranno le loro capacità di recitazione. Si concluderà con la messa in scena dell'opera scelta davanti a tutto il corpo studentesco, adattata alla realtà e ai problemi di quel paese o regione. Ciò farà sì che l'obiettivo educativo perseguito sia quello di sensibilizzare studenti, docenti e famiglie. Mentre si godono lo spettacolo, visualizzeranno questi problemi di esclusione sociale e di abbandono scolastico. Servirà a combattere questa piaga sociale che tanto danneggia la nostra società europea.

Lavoreremo sul progetto per facilitare il lavoro dell'insegnante nel senso di dargli gli strumenti per sviluppare il talento, la creatività e la capacità di ricavare da ogni storia i valori e le situazioni problematiche più comuni nei loro ambienti sociali.

Co-funded by the European Union

La proposta di intervento si presenta come una serie di laboratori che permetteranno agli studenti di esplorare diverse forme di espressione teatrale dell'improvvisazione. Il teatro improvvisato è la forma di teatro, spesso commedia, in cui la maggior parte o tutto ciò che viene eseguito non è pianificato o è senza copione: creato spontaneamente dagli artisti. Nella sua forma più pura, il dialogo, l'azione, la storia e i personaggi sono creati in collaborazione dagli attori, mentre l'improvvisazione si svolge nel tempo presente, senza l'uso di una sceneggiatura già preparata e scritta. Questa pratica, nota come improvvisazione applicata, verrà utilizzata nelle classi come strumento educativo come un modo per sviluppare capacità di comunicazione, risoluzione creativa dei problemi e capacità di supporto del lavoro di squadra utilizzate dagli attori improvvisatori.

I laboratori sono distribuiti come segue:

2.1. Laboratorio per lo sviluppo dell'espressione visiva.
2.2. Laboratorio per lo sviluppo dell'espressione verbale.
2.3. Laboratorio per lo sviluppo dell'espressione corporea: esprimere le emozioni attraverso il corpo.

I laboratori aiutano a mettere insieme una guida per le tecniche di improvvisazione suddivisa in 3 titoli: espressioni visive, verbali e corporee.

Co-funded by the European Union

1. Espressione visiva

1.1 Little – More - Most

Ci sono tre sedie sul palco. Vengono selezionati tre partecipanti. I partecipanti devono recitare lo stesso compito, ma aumentando il grado emotivo dell'atto. L'host del gioco indica ciò che deve essere messo in scena:

· Hai mal di denti;
· Dormi e ti svegli dopo aver avuto un incubo, hai paura;
· Dici: "Non voglio andare a scuola";
· Hai la febbre e ti senti molto male;
· Sei felice di aver vinto alla lotteria. Esclama: "Ho vinto un milione";
· Siete felici. Dici a tutti "Non hai idea di quanto ti amo";
· Ecc.

I giocatori possono essere scambiati dopo alcune situazioni recitate.

CONSIGLI per l'improvvisazione:

- **Impara a cambiare la forza delle tue emozioni**
- **Sii concentrato**
- **Controlla la tua attenzione.**

Co-funded by the European Union

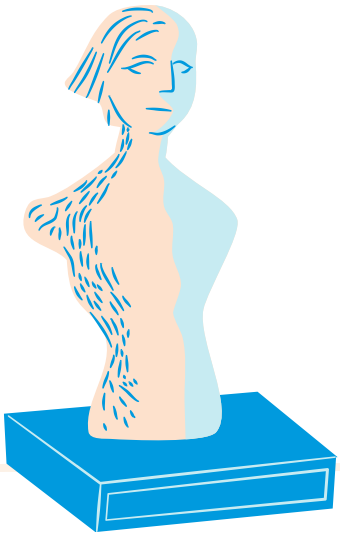
Espressione visiva

1.2 Scultura vivente e scultori

Il leader dell'esercizio annuncia il tema della scultura. Può essere positivo o negativo. Un attore sale sul palco e crea un'immagine dal vivo basata sul tema dato. 5-7 persone sono invitate a creare la scultura. Una volta creata la scultura, gli scultori vengono invitati uno per uno. Cambiano senza parole i movimenti degli attori in piedi nella scultura in modo che la scultura passi dal positivo al negativo e viceversa.

Temi per le sculture:

- La Regina è arrabbiata;
- Alice rimpicciolisce;
- La Lepre di Marzo ha fretta;
- Scherzi sullo Stregatto;
- Il Fante di Cuori mente;



CONSIGLI per l'improvvisazione:

- **Il tuo corpo può esprimere molto.**
-
- **Non vergognartene, sii rilassato, espressivo e plastico.**

Co-funded by the European Union

Espressione visiva

1.3 Colore, andatura, emozione

I partecipanti camminano nello spazio. Il conduttore dell'esercizio nomina il colore e l'emozione. I partecipanti iniziano a camminare guardandosi l'un l'altro e cercando di sentire e mettere in atto l'emozione. Non toccare un'altra persona. I partecipanti dell'esercizio devono memorizzare tutti i colori e le emozioni.

Nella seconda parte dell'esercizio l'istruttore dice solo il colore. Se sbagli, verrai rimosso dal gioco. Vincono gli ultimi 3 partecipanti rimasti in gioco.

Emozioni e colori:
- Rabbia - rosso
- Paura - nera
- Tristezza - blu
- Gioia - giallo
- Incredibile: blu
- Disgusto – verde



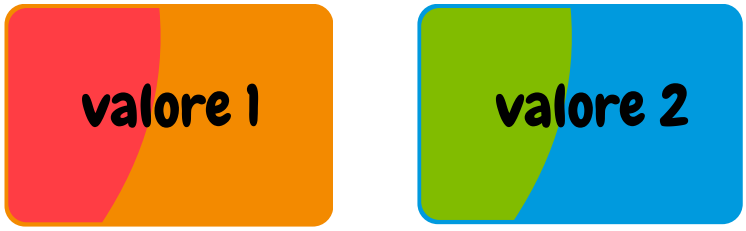
CONSIGLI per l'improvvisazione: quando metti in scena emozioni diverse, prova a controllare la tua attenzione, senti le emozioni recitate. Non ridere, non sorridere se fingi di essere triste o spaventato.

Co-funded by the European Union

Espressione visiva

1.4 Discussione - Pensa in coppia Condividi
Cosa apprezzi in un'amicizia?

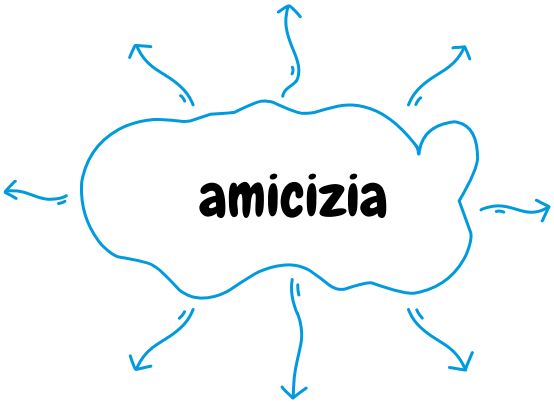
Discussione su cosa significa amicizia, gli studenti lavorano da soli e poi in coppia, per condividere le loro idee. (Pensa, abbina, condividi la strategia).
Ogni coppia di studenti scrive/disegna poi 2 valori su un cartoncino colorato.



Possono decorare le carte in modo che corrispondano ai valori scelti.

Gli studenti quindi appuntano le carte completate su una lavagna.

L'insegnante riassume queste idee in una mappa mentale visiva e la classe riflette sui valori dell'amicizia.



Co-funded by the European Union

Espressione visiva

1.5 Diamond 9 Strategy

In base ai valori discussi, gli studenti si divideranno in gruppi e classificheranno i valori dal più alto al più basso: 1 è il valore più importante e il meno importante è 10. (Diamond 9 strategy)

Qualità	Voto	Motivazione
Ricco		
Gentile		
Generoso		
Amante del divertimento		
Intelligente		
Interessi simili		
Di bell'aspetto		
Leale		
Amici in comune		
Avere una prospettiva positiva		

Co-funded by the European Union

Espressione visiva

Possono leggere un elenco di qualità fornite dall'insegnante, valutarle e spiegare perché questa qualità è importante - 10 qualità in totale.

In gruppi di 4, gli studenti discuteranno le classifiche e concorderanno una classifica di gruppo da 1 a 9, ciò significa che devono eliminare 1.

Risponderanno quindi a queste domande:
1. La qualità che secondo il mio gruppo è più importante nell'amicizia è .... perché...
2. La qualità su cui abbiamo avuto difficoltà a trovare un accordo è stata ....perché....
3. La mia idea di ciò che è importante in un'amicizia è cambiata durante questa attività perché.....
4. Qualcosa che ho imparato su me stesso come risultato di questa attività è....

1.6 Collage

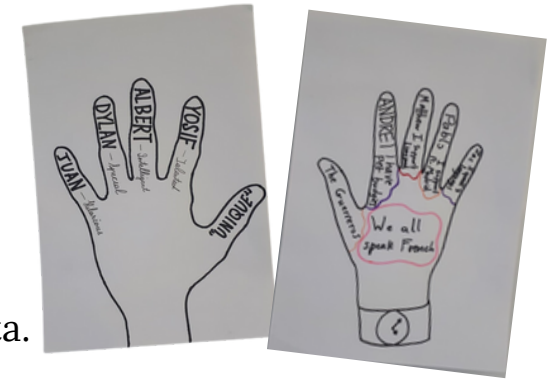
Punti di partenza:
Apprezzare noi stessi e rispettare le differenze degli altri
Ciò che ha influenzato gli studenti, che li ha plasmati per essere le persone che sono oggi.
Su un foglio di carta A4 gli studenti realizzeranno un collage, utilizzando simboli, disegni, parole e immagini per mostrare la gamma di influenze che hanno contribuito a renderli la persona che sono oggi.
Suggerimenti includono: personalità, hobby e interessi, cultura e come la tua famiglia e le tue amicizie potrebbero averli influenzati.

Gli studenti sono quindi invitati a condividere il loro collage e discutere su come influenze simili e diverse abbiano plasmato loro e le altre persone del gruppo.

Co-funded by the European Union

Espressione visiva

1.7 La mano dell'amicizia



Gli studenti lavorano in gruppi di 4.

Traccia una mano su un foglio di carta.

Ogni persona scrive il proprio nome su un dito e una cosa che è unica per lui.

Sul palmo della mano il gruppo deve scrivere ciò che tutti hanno in comune.

Sul pollice scrivi il nome del gruppo.

I gruppi possono decorare la propria mano: usare colori, simboli, ecc.

Mostra le mani quando i gruppi finiscono.

Fai due elenchi alla lavagna.

Il primo elenco dovrebbe contenere le cose uniche di ognuno, mentre il secondo elenco dovrebbe contenere le cose che hanno in comune.



Co-funded by the European Union

Espressione visiva

1.8 Attività della stella appuntita

Su ogni punta della stella scrivi una cosa che accade nella tua casa e nella tua comunità per far sentire le persone appartenere a un gruppo.

Gli esempi potrebbero includere: mangiare/giocare insieme, fare volontariato, essere coinvolti in attività comunitarie, ecc.

Su ogni punta della stella scrivi una cosa che accade nella tua scuola per far sentire le persone appartenere a un gruppo.

Gli esempi potrebbero essere: coinvolgimento in sport, attività e programmi scolastici, ecc. Discuti ciò che hai scritto con i tuoi compagni di classe e condividilo.



Co-funded by the European Union

Espressione visiva

1.9 Personaggi fai da te

Gli studenti progettano il proprio personaggio per uno spettacolo di marionette. Possono farlo individualmente o in coppia. La personalità del loro carattere deve essere espressa attraverso il loro aspetto fisico. Dovranno spiegare il loro personaggio-burattino davanti al gruppo e cambieranno piccoli dettagli con il feedback e i suggerimenti forniti dai loro compagni di classe. Possono ispirarsi a personaggi reali, ma devono essere originali e includere i valori assegnati loro dal gruppo.



1.10 Colorami! (quando ascolti)

Agli studenti viene consegnata un'immagine relativa a una storia. Il facilitatore legge la storia ad alta voce (è possibile aggiungere anche della musica). Gli studenti chiudono gli occhi mentre lo ascoltano. Quando il facilitatore finisce, gli studenti devono colorare la loro immagine per esprimere i loro sentimenti. Possono commentarlo in piccoli gruppi e confrontare i loro colori e sentimenti.

Co-funded by the European Union

Espressione visiva

1.11 Sculture umane

A coppie. Uno studente è l'artista e l'altro è la scultura. L'artista deve costruire un personaggio che esprima il sentimento suggerito dal facilitatore, muovendo le parti del corpo della scultura. Vengono concessi 5 minuti per questo. Poi, uno per uno, gli artisti devono indovinare la sensazione che ogni scultura trasmette e scriverla su un pezzo di carta. Verranno letti ad alta voce e gli studenti spiegheranno cosa li ha spinti a pensarla così. Possono cambiare ruolo e ripetere l'attività.

1.12 Sul palco

In gruppi di 3-4. Agli studenti vengono consegnate riviste, foto e alcuni vestiti. Devono progettare e impostare uno scenario utilizzando questi materiali per uno spettacolo immaginario. Il loro collage sarà esposto e dovranno spiegarlo ai colleghi. Le modifiche verranno apportate in base al feedback e ai suggerimenti dei compagni di classe.





Co-funded by the European Union

Espressione visiva

1.13 Mirroring

Questo esercizio consiste in due giocatori uno di fronte all'altro che cercano di imitare i movimenti dell'altro. Questo esercizio è eccellente per sviluppare la capacità di osservazione e la capacità di emulare i movimenti e le espressioni di un altro attore.

1.14 Sciarade



In questo esercizio, un giocatore sceglie una frase, una parola o un'azione e la mette in atto fisicamente senza parlare. Gli altri giocatori cercano di indovinare cosa sta recitando. Questo esercizio è ottimo per sviluppare la capacità di comunicare attraverso il linguaggio del corpo.

1.15 Immagini congelate

In questo esercizio, un gruppo di giocatori crea una scena improvvisata e poi si blocca in una posizione. Un altro giocatore sceglie quindi un'immagine ed entra in scena, aggiungendo una nuova dimensione alla storia. Questo esercizio è ottimo per sviluppare la capacità di creare immagini vivide ed esprimere emozioni attraverso la postura e la posizione del corpo.

Co-funded by the European Union

Espressione visiva

1.16 Tecniche del mimo



La tecnica del mimo si basa sull'espressione visiva e sull'abilità di raccontare una storia senza parlare. I giocatori possono praticare una varietà di tecniche mimiche, dalla camminata sul filo all'interazione con oggetti immaginari. Questo esercizio è ottimo per sviluppare la capacità di comunicare attraverso l'espressione corporea e la precisione nei movimenti.

1.17 Cambiare emozioni



In questo esercizio, un giocatore inizia esprimendo un'emozione specifica e un altro giocatore entra in scena e cambia quell'emozione in un'altra completamente diversa. Questo esercizio è eccellente per sviluppare la capacità di passare rapidamente da un'emozione all'altra ed esprimere l'emozione attraverso l'espressione facciale e il linguaggio del corpo.

Co-funded by the European Union

Espressione visiva

1.18 Un puzzle di segni

Dopo aver scelto un colore, ogni bambino sarà invitato a turno a recarsi al centro, dove sarà posizionato un foglio bianco, per lasciare un segno (linea, simbolo, nome), a cui collegare il segno del compagno successivo e così via, fino a creare un grande puzzle di segni rappresentativi, a livello grafico, dell'intero gruppo.

L'attività mira a incoraggiare la cooperazione e il rispetto del lavoro svolto dagli altri, “adattando” il proprio. I bambini hanno prestato attenzione al lavoro del bambino che disegnava per capire dove finiva il suo segno e dove era necessario iniziare con uno nuovo; hanno dovuto attivare la loro creatività per non ripetere gli stessi segni e gli stessi colori e hanno dovuto aspettare il proprio turno, esercitando così rispetto.





Co-funded by the European Union

Espressione visiva

1.19 Disegna l’emozione

Ad ogni bambino viene consegnato un foglio di carta con i colori a matita. Lo scopo dell'attività è quello di coniugare disegno ed emozioni, dando libero spazio all'espressione di sé e alle proprie sensazioni senza il timore di sbagliare o di fallire in qualche modo. Ogni disegno rappresenta un'emozione (gioia, tristezza, calma, ecc.). Al termine dell'attività, i bambini si sono scambiati opinioni su ciò che hanno provato, sulle difficoltà o sul divertimento sperimentato, sulle reciproche influenze e su ciò che è piaciuto loro. L'attività consente di esprimere uno stato d'animo attraverso l'espressione visiva.







Co-funded by the European Union

Espressione visiva

1.20 La formica



Lo scopo di questo gioco è completare il disegno del corpo di una formica prima degli altri giocatori. Ogni giocatore ha a disposizione carta e matita e, a turno, cerca di completare il disegno della propria formica lanciando il dado. Il numero di punti sul dado rappresenta una parte del corpo diversa:

1 = corpo
2 = testa
3 = antenne
4 = occhio,
5 = bocca
6 = zampa

Si inizia con un giocatore che lancia il dado due volte: in una di queste due volte deve lanciare un 1 o un 2 per poter iniziare a pescare la formica. Se non ottiene questi numeri passa il dado al giocatore successivo e, una volta tornato il suo turno, ripete l'operazione. Quando ha disegnato il corpo o la testa, tira una volta per turno e qualsiasi tipo di numero va bene per completare il disegno. Vince chi finisce per primo la formica. Lo scopo dell'attività è affinare la pazienza (aspettare il proprio turno per lanciare il dado e continuare a disegnare) ma anche sviluppare la destrezza nel disegno.

Co-funded by the European Union

1.21 La stoffa

Un detto popolare dice che "hai la stoffa! cioè hai tutte le carte in regola per fare qualcosa" per indicare che sei particolarmente capace di fare qualcosa. Il facilitatore consegna ai bambini ritagli di stoffa, pennarelli, colla, fogli e ognuno di loro deve realizzare la propria creazione scrivendo sui pezzi di stoffa quali sono i propri talenti, di “che stoffa” è fatto. Lo scopo dell'attività non è solo stimolare la creatività, ma soprattutto pensare, ragionare e riconoscere i propri talenti, primo passo per poi saperli utilizzare.



Co-funded by the European Union

Espressione visiva

1.22 Che animale sei?

Il facilitatore elenca 3 caratteristiche che un singolo animale ha in comune (paziente, docile, aggressivo, generoso, testardo, dormiglione, ecc.) e in totale descrive circa 10 animali. In base alle caratteristiche che sentono i bambini dovranno disegnare l'animale che ritengono essere più rappresentativo. Il disegno aiuta i bambini a organizzare le idee e migliora la loro percezione dell'ambiente circostante, favorendo anche un migliore senso di osservazione.



Co-funded by the European Union

2. Espressione verbale

2.1 Prendi la palla, grazie

Per l'esercizio viene utilizzata una palla. Vengono elette due persone. Immaginiamo che recentemente abbiano avuto un conflitto tra loro. Il primo partecipante vuole che il secondo prenda la palla. È come cercare di scusarsi. Può solo pronunciare le parole "Prendi la palla".
Il secondo partecipante prende la palla, ma la restituisce dicendo "Grazie", come se non volesse perdonare.

L'obiettivo del primo partecipante è provare quanti più mezzi diversi possibili, intonazioni vocali, emozioni, in modo che il secondo partecipante prenda la palla e accetti le scuse. L'obiettivo del secondo partecipante è accettare le scuse, ma non immediatamente.

CONSIGLI per l'improvvisazione:

- **Indica un obiettivo principale per salire sul palco.**
- **Cerca di raggiungere il tuo obiettivo utilizzando mezzi, emozioni, azioni diverse.**

2.2 Sottotesto: cambia il significato delle parole

I partecipanti imparano una quartina dalla storia di Alice:

Ballerai o non ballerai?
Ballerai o no?
Ballerai o non ballerai? – chiese la lumaca
Gliene ho dato uno, loro gli hanno dato due,
Ce ne hai dati tre o più;
Tutti sono tornati da lui a te,
Anche se prima erano miei.

Co-funded by the European Union

Espressione verbale

Nella vita le parole hanno un significato, ma il modo in cui le dici può avere un significato completamente diverso. Lo chiamiamo il "TESTO" del testo.

Dopo aver appreso le quattro righe, un partecipante è invitato a completare l'attività.
Devi dire la poesia utilizzando circostanze diverse:

- Tu sei innamorato;
- Hai commesso un crimine e sei molto dispiaciuto;
- Sei arrabbiato e ti rimproveri;
- Vuoi dire un messaggio molto importante;
- Hai paura e chiedi a tutti di nascondersi e salvarsi;
- Inviti la folla a insorgere contro il re malvagio;
- Canti una ninna nanna a tuo figlio.
- Stai cercando di indurre a commettere un crimine.
- Eccetera.

Il partecipante all'esercizio deve ripetere le parole della poesia finché il leader dell'esercizio non dice "STOP".

REMEMBER

CONSIGLI per l'improvvisazione:

Ricorda che a volte le parole possono avere un significato diverso. Tutto dipende dal contesto in cui le dici. Usalo quando improvvisate e recitate.

Co-funded by the European Union

Espressione verbale

2.3 Improvvisazione. Parla a turno



Vengono selezionati 4 partecipanti.
Scelgono un personaggio di una fiaba.
Il pubblico suggerisce il luogo in cui si svolge l'azione.
L'ambientazione potrebbe essere completamente estranea al racconto.

EXAMPLE

Isola disabitata; pianeta Marte; Giardino magico; Sala giochi per computer, ecc.

Il pubblico suggerisce le circostanze, cosa è appena successo? Ad esempio: naufragato; Ho visto un asteroide cadere nel cielo; Si era appena scatenata una grande tempesta; C'è una grande svendita annuale, ecc.

I partecipanti devono decidere chi sarà il primo, il secondo, il terzo e il quarto. Nell'improvvisazione e nella recitazione, gli attori possono parlare solo in base al loro numero.

Prima il primo partecipante dice la frase, poi il secondo, solo poi il terzo e il quarto. Puoi parlare solo quando tocca a te, ma devi ricordarti di recitare sempre sul palco. L'azione non può essere interrotta.

CONSIGLI per l'improvvisazione:

- **Ascolta e segui ciò che dicono gli altri attori.**
- **Impara a sviluppare logicamente il dialogo.**



Co-funded by the European Union

Espressione verbale

2.4 Indovina chi?



Uno studente è il leader e gli altri sono i suoi seguaci. Il leader sceglie un personaggio e i suoi colleghi devono indovinare chi è ponendo domande sì-no. Il primo a scoprire il personaggio lo farà condurre il turno successivo.

Riflessione: Molto facile e divertente. L'unica sfida è stata condurre il gioco in inglese.

2.5 Ricostruire la storia

Gruppi da 3. Agli studenti vengono consegnate alcune immagini (tra 4 e 10, a seconda del livello) e devono costruire una storia. Devono raccontare e mettere in scena la storia per i loro colleghi, utilizzando le immagini mentre la raccontano. Tutte le immagini devono essere utilizzate durante la creazione della storia. Può essere una storia vera o un racconto. Può anche avere rima.

2.6 Pezzo improvvisato. Azione!

In coppie o gruppi di 3. Ad ogni studente viene assegnato un personaggio con uno scopo e deve discutere e negoziare con i propri partner. A tutti i membri vengono fornite alcune informazioni sulle circostanze (esempio: è un ufficio di polizia/è una tenuta di campagna...), ma non tutti i dettagli. Devono utilizzare tecniche persuasive per raggiungere il loro obiettivo.

Co-funded by the European Union

Espressione verbale

2.7 Quale maschera indossi adesso?/Su-giu la Maschera

Gli studenti racconteranno una storia. A seconda della maschera fornita dal facilitatore, lo racconteranno utilizzando un'intonazione specifica. Esempio: la maschera della rabbia li farà gridare o urlare mentre raccontano la storia. Il facilitatore può cambiare la maschera dello studente quante volte vuole, a seconda del livello di difficoltà o della maturità del gruppo.





Co-funded by the European Union

Espressione verbale

2.8 Parole associate



Questo esercizio è eccellente per stimolare la creatività e la capacità di pensare velocemente. Un giocatore inizia dicendo una parola e il giocatore successivo deve dire una parola associata a quella precedente.
Ad esempio, se il primo giocatore dice "cane", il secondo giocatore potrebbe dire "osso" e il terzo giocatore potrebbe dire "sepolto". Continuare la catena finché tutti non avranno avuto la possibilità di contribuire.



2.9 Monologo ispirato

In questo esercizio, al giocatore viene data una parola o una frase casuale e deve improvvisare un monologo ispirato ad essa per un determinato periodo di tempo. Questa tecnica è eccellente per sviluppare la capacità di parlare spontaneamente e mantenere vivo il flusso della conversazione.

Co-funded by the European Union

Espressione verbale



2.10 Le interviste pazze

Questo esercizio coinvolge due giocatori, uno dei quali veste il ruolo di un personaggio famoso o immaginario, mentre l'altro è un intervistatore. L'intervistatore deve porre domande assurde o inappropriate, e il personaggio deve rispondergli il più seriamente possibile. Questo esercizio è eccellente per sviluppare la capacità di mantenere la compostezza e rispondere a situazioni inaspettate.

2.11 Gioco delle etichette

In questo gioco, due giocatori si affrontano e ognuno deve etichettare l'altro con una caratteristica. Devono quindi improvvisare una scena in cui incarnano queste caratteristiche. Ad esempio, se un giocatore etichetta l'altro come "stupido", dovrà improvvisare una scena in cui il giocatore etichettato si comporta come una persona stupida. Questo esercizio è eccellente per sviluppare l'abilità di creare personaggi e mantenere coerenza nella loro performance.

Co-funded by the European Union

Espressione verbal

2.12 Lettura della storia 'TIPI' di Cristina Bellemo

Un libro illustrato che, attraverso Luce, la bambina protagonista, ha aperto numerose possibilità di interpretazione delle tipologie umane e di straordinaria catalogazione. La lettura di alcuni passaggi del libro ha favorito la scoperta di ciascuna di queste tipologie di persone che vivono nel condominio del protagonista, ragionando sulle idee stereotipate che si possono avere. Attraverso questa attività ogni bambino ha avuto l'opportunità, a turno, di dire 'che tipologia è', presentarsi agli altri bambini, raccontarsi e lavorare per vedere ogni tipologia come diversa dall'altra e accettarla.







Co-funded by the European Union

Espressione verbale

2.13 Il gioco dei simboli

Si basa sulla distanza che spesso esiste all'interno di un individuo tra l'immagine che ha di sé e l'immagine che presenta di sé agli altri. Questo gioco permette a tutti di prendere coscienza di questa differenza quando esiste. Ogni partecipante sceglie un simbolo con cui identificarsi (un leone, una scala, un guerriero, ecc.), e poi disegna un simbolo per ciascuno degli altri partecipanti, a seconda di come percepisce la propria personalità. Infine, i partecipanti spiegano le ragioni delle loro scelte. Ciascun partecipante può prendere coscienza della propria immagine di sé che offre agli altri.



Co-funded by the European Union

Espressione verbale

2.14 Il tipo di parola

Dopo aver raccontato in cerchio (in una delle attività già descritte) che tipo di persona è, il bambino deve pronunciare a turno un 'tipo di parola'. Ad ogni bambino viene consegnato un Post-it sul quale dovrà scrivere un commento, una parola che esprima lo stato d'animo dopo il laboratorio. Questa attività serve a fare metacognizione, a ragionare sulla propria prospettiva e ad imparare a dirla prima verbalmente (in cerchio, davanti ai propri coetanei) e poi per iscritto sui Post-it. Inoltre, allena i bambini ad ascoltare le opinioni e i sentimenti degli altri, in relazione alle differenze. L'attività comprende un patchwork verbale di aggettivi e un colorato post-it con commenti.





Co-funded by the European Union

Espressione verbale

2.15 Un gomitolo di storie

I bambini si dispongono in cerchio, e dopo aver ascoltato i nomi e le presentazioni di tutti i bambini presenti, devono srotolare la matassa passandola a turno. Per fare questo, il primo bambino che sceglierà a chi passare la matassa inizia ripetendo il nome del bambino e che “tipo è”, ma tenendo in mano un'estremità del filo. Si creerà così un intreccio di fili di lana, e ogni bambino potrà memorizzare le storie e le tipologie dei bambini che partecipano all'attività. L'obiettivo è prendere consapevolezza di chi siamo e di chi ci circonda, comprendendo che le storie e le vite di ognuno sono naturalmente intrecciate, il che è positivo. Srotolare la matassa è anche un modo per riflettere su quanto appreso in laboratorio.



Co-funded by the European Union

2.16 La fattoria degli animali

Tutti i giocatori sono seduti in cerchio. Ad ogni partecipante viene consegnato un cartoncino piegato sul quale è disegnato o scritto il nome di un animale. Ognuno legge la propria carta senza mostrarla agli altri partecipanti al gioco. Quando, ad un segnale concordato, ognuno ha il proprio biglietto, il gioco ha inizio: tutti i partecipanti, contemporaneamente, si alzano e si muovono attorno al cerchio, eseguendo ciascuno il richiamo dell'animale segnato sul biglietto che è stato loro consegnato; cercano di identificare tutti gli altri appartenenti alla loro famiglia "animale" (il riconoscimento avviene solo attraverso l'emissione del verso dell'animale). I membri di una stessa famiglia, a braccetto, una volta accertato che la famiglia è completa, vanno a sedersi. Quando tutte le famiglie si sono formate ed è tornata la calma nella fattoria, le famiglie si presentano una alla volta, girando all'interno del cerchio ed emettendo i loro caratteristici versi. Lo scopo del gioco è creare coesione tra i bambini appartenenti all'unica famiglia di animali, aiutandoli a comprendere la cooperazione e il lavoro di squadra per un obiettivo comune che è quello di descrivere in poche parole la famiglia di animali a cui appartengono.



Co-funded by the European Union

Espressione verbale

2.17 Trasformazione



È un gioco di improvvisazione. Tutti camminano nello spazio. Quando il leader batte le mani mani, tutti si bloccano. Chiunque abbia un un'idea la lancia, e gli altri dovranno seguirla senza esitazione. Ad un certo punto il conduttore batte nuovamente le mani e tutti restano immobili, finché un altro non lancia una nuova idea.

Ad esempio, uno dice: Ciao ragazzi, oggi interroghiamo...". Tutti gli altri capiscono che si tratta di una situazione scolastica e si sistemeranno in banchi immaginari, inventando ciascuno il proprio personaggio (il primo della classe, quello che ha mille scuse, quello che è sempre distratto,...) Batte le mani. Un altro grida: "Al ladro! Mi ha rubato la borsa!" Qualcuno sarà il ladro, un altro il poliziotto, il passante, il cane, il semaforo, ... È importante che il conduttore faccia frequenti interruzioni e che i partecipanti seguano le proposte in modo tempestivo e costruttivo. Tutto è valido, tranne farsi male.

Lo scopo dell'attività è migliorare le capacità di improvvisazione e creatività dei bambini e lavorare sull'espressione verbale e sulla drammatizzazione.

Co-funded by the European Union

3. Espressione corporea

3.1 Suono e movimento: non osare fermarti

I partecipanti all'esercizio stanno in cerchio. Il conduttore dell'esercizio inizia l'esercizio. Dice suoni di tre o quattro sillabe facendo 3-4 movimenti. Il vicino, senza fermarsi, deve ripetere i movimenti con i suoni e rivolgersi al vicino successivo per mostrare i suoi movimenti e suoni. L'obiettivo dell'esercizio è che non ci sia una sola pausa tra i partecipanti. Se qualcosa si ferma. L'esercizio del cerchio ricomincia.

CONSIGLI per l'improvvisazione:

- Non fermarti, non vergognarti, non aver paura dei tuoi movimenti e della tua voce, affidati all'intuito.
- Quando è il tuo turno, agisci e basta.

3.2 Uno sta in piedi, uno sdraiato, uno seduto

Vengono selezionati 3 partecipanti. Ognuno decide quale personaggio della fiaba scelta vuole interpretare. Il pubblico suggerisce il luogo in cui si svolge l'azione. L'ambientazione potrebbe essere completamente estranea al racconto.

EXAMPLE

Isola disabitata; pianeta Marte; Giardino magico; Sala giochi per computer, ecc

Co-funded by the European Union

Espressione corporea

The audience suggests the circumstances: what just happened?

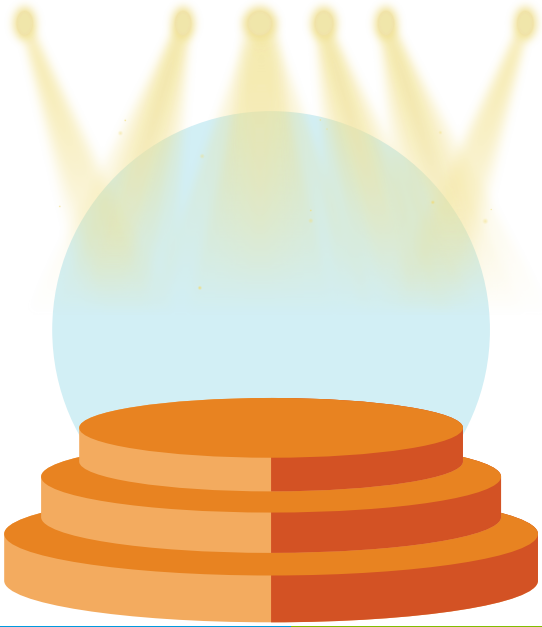
EXAMPLE

Naufragato; Ho visto un asteroide cadere nel cielo; Si era appena scatenata una grande tempesta; C'è una grande svendita dell'anno, ecc.

I partecipanti improvvisano e si esibiscono sul palco, uno sdraiato, l'altro in piedi, il terzo seduto. Se qualcuno cambia posizione, anche gli altri devono adattarsi logicamente e cambiare la loro posizione entro 10-15 secondi. Ci deve essere sempre un attore seduto, uno sdraiato e uno in piedi sul palco. Se gli attori impiegano più di 15 secondi per cambiare posizione, viene assegnato un punto di penalità alla squadra. Vince la squadra con meno punti di penalità.

CONSIGLI per l'improvvisazione:

- **Impara a controllare la tua posizione sul palco.**
- **Guarda gli altri mentre giochi.**
- **Non bloccare un altro attore, non voltargli le spalle.**
- **Se sei bloccato, notalo, cambia il tuo posto sul palco.**



Co-funded by the European Union

Espressione corporea

3.3 Il regno di Alice

Il leader dell'esercizio indica cosa deve essere fatto e come reagire. L'azione si svolge nel regno immaginario di Alice.

• Il coniglio ha fretta: tutti corrono sul posto a piccoli passi.
• La Regina sta arrivando: tutti si immobilizzano e non si muovono.
• La regina se ne va: tutti si rilassano.
• Festa a palazzo: tutti passeggiano per lo spazio e giocano a fare le dame e i gentiluomini.
• Un comando speciale dopo il quale qualcuno può essere eliminato dal gioco: La stanza di Alice dopo... (Il leader deve pronunciare il numero)

Dopo aver ascoltato il numero, i partecipanti devono formare gruppi e tenersi per mano. I gruppi dovranno essere composti da tante persone quante sono quelle indicate. I partecipanti che non riescono a formare un gruppo in base al numero vengono eliminati dall'esercizio.

CONSIGLI per l'improvvisazione:

- **Vincere è sempre divertente, ma a volte è molto importante sapere quando fermarsi e non lottare a tutti i costi.**
- **Devi imparare a dirti: ho fatto tutto, è solo un gioco, posso andarmene in pace.**

REMINDER

E' SOLO UN GIOCO

Co-funded by the European Union

Espressione corporea

3.4 Espressione scritta (copione) e corporea (gioco di ruolo)

Lavorare con un compagno. Avere una conversazione. Discuti/fai brainstorming sul dialogo per il gioco di ruolo. Studente A: Tu sei la rosa. La rosa non è mai felice. La rosa racconta al Piccolo Principe i suoi problemi.

Studente B: Tu sei il Piccolo Principe. Il Piccolo Principe cerca di aiutare la rosa.

Domande:

•Quali problemi e questioni sta vivendo la Rosa nel mondo di oggi? (ad esempio uno dei temi è incentrato sul guardare sotto la superficie per vedere la bellezza interiore) i giovani sentono la pressione di apparire/comportarsi in un certo modo? Esplorare

•Perché la rosa è infelice? Ancora una volta, collegalo ai problemi che i giovani potrebbero trovarsi ad affrontare: relazioni, amicizie, amore, verità e onestà.

•Come può il Principe aiutare la rosa? Per esempio. ascoltare (essere un buon amico). Empatia, mostrare compassione, dare consigli, ecc.

Gli studenti lavoreranno in coppie o in piccoli gruppi ed esploreranno i vari personaggi che il Principe ha incontrato (vedi sotto)

Ogni gruppo sceglierà un personaggio.

Riscriveranno la sceneggiatura dal punto di vista del Principe se dovesse consigliare il personaggi su come migliorare la qualità di vita su quel pianeta.

I gruppi inventano un dialogo e recitano la conversazione con il personaggio loro assegnato.



Co-funded by the European Union

Espressione corporea

3.5 Dibattito ambulante

La stanza sarà divisa in 3 spazi. L'insegnante mette un foglio di carta in ogni spazio - D'accordo/In disaccordo/Non sono sicuro (vedi sotto)

D'accordo	In disaccordo	Non sono sicuro

L'insegnante poi legge una serie di affermazioni. Gli studenti devono decidere se sono d'accordo/in disaccordo o se non sono sicuri, quindi dirigersi verso lo spazio e alzarsi.

L'insegnante poi sceglie gli studenti da ogni spazio e li invita a condividere il motivo per cui si trovano in quello spazio.

il tuo amico...

1.Ti permette di essere te stesso
2. Richiede troppe risorse del tuo tempo
3.Si risente del fatto che tu abbia altri amici
4.Ti sostiene quando sei in difficoltà
5. Ti controlla quando sei malato
6. Ti critica
7. Diventa di cattivo umore con te e non ti spiega il motivo
diffonde voci su di te
8. Ti incoraggia a provare cose nuove
9.Non condivide i tuoi interessi
10. Ti annulla regolarmente



Co-funded by the European Union

3.6 Gioco di ruolo

In coppia, gli studenti inventano un breve gioco di ruolo per illustrare come porre fine a un'amicizia. Possono scegliere tra 2 opzioni, quindi recitare il gioco di ruolo per il resto della classe

Opzione 1 -
Porre fine a un'amicizia rispettosa e non offensiva per l'altra persona

O 

Opzione 2 -
Porre fine a un'amicizia in modo indifferente all'altra persona

Alla fine dei giochi di ruolo, l'insegnante invita gli studenti a esplorare e discutere i modi per porre fine a un'amicizia rispettosamente o parlare rispettosamente con un amico dei problemi di amicizia.

3.7 Rap di classe

Con tutta la classe che lavora insieme, gli studenti fanno un rap di classe su tutte le cose che hanno in comune.

Possono quindi eseguire il rap.



Co-funded by the European Union

Espressione corporea

3.8 Gioco di ruolo

Utilizzando gli scenari dell'attività "Diario di bordo", gli studenti vengono divisi in gruppi e ricevono uno scenario.

Mettono in scena lo scenario con uno studente che utilizza l'approccio della "critica" e un altro studente che utilizza l'approccio della critica "costruttiva".

Mentre gli studenti eseguono il gioco di ruolo, il resto della classe scrive una relazione utilizzando le seguenti istruzioni:

Quali erano le differenze negli approcci tra i due?
Come ha reagito la persona che ha ricevuto la critica tra entrambi?
Cosa faresti diversamente?

(Di seguito è riportata una breve sinossi di ciascun personaggio, per riferimento)

Re

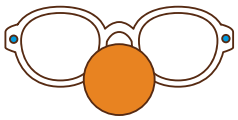


Descrive una persona egocentrica che ha un'alta stima di sè. Tuttavia, questa superiorità porta solo solitudine e fa sì che le persone, come il piccolo principe, lo lascino. Pensa di sapere tutto e di possedere tutto, ma in verità ignora molto il mondo oltre il suo pianeta in miniatura. Il Re rappresenta le persone nella nostra società che pensano a se stesse come esseri superiori. Non ascoltano le opinioni degli altri e ignorano le conseguenze delle loro azioni. Alla fine, tutto ciò che ottengono è mancanza di rispetto invece del rispetto che credono di dover avere.'

Co-funded by the European Union

Espressione corporea

Il Clown (Uomo Vanitoso)



Anche il Clown, come il Re, è molto presuntuoso. Tuttavia, a differenza del Re, è così autoindulgente che vive la sua vita alla ricerca di ammiratori. Il Clown è come un cieco che non riesce a vedere la bellezza del mondo perché è troppo concentrato su se stesso. Inoltre non riconosce i difetti dentro di sé perché è così egocentrico. Affinché una persona possa essere rispettata e ammirata, è necessario contribuire al mondo o fare la differenza nella vita di qualcuno. Il Clown non fa nessuna delle due cose. Vive una vita priva di significato e piena di bugie perché crede fermamente di essere la persona più meravigliosa del mondo, anche se non ha fatto nulla per costruire la sua reputazione. Quindi, non si può giudicare una persona dal suo aspetto o dal modo in cui parla. Si può giudicare una persona solo dalle cose che fa e da quello che non fa. È vanitoso e presuntuoso.

Il fiore



I fiori sbocciano da piccoli germogli da cui crescono minuscoli semi sotto terra. Nel corso della vita un fiore cambia, cresce e sboccia. Anche il fiore nella storia cresce così, per diventare più maturo e premuroso. All'inizio tormenta continuamente il piccolo principe e gli ordina di fare delle cose. Sembra molto presuntuoso, ma quando il piccolo principe se ne va, si sente molto triste e pensa che sia colpa sua se il piccolo principe se ne va. Il fiore, per il Principe, è il tesoro è l'"essenziale" che si può vedere solo con il cuore. Alla fine impara ad apprezzarlo perché l'ha perso. Il fiore può essere paragonato alle madri. Le madri tormentano continuamente i loro figli affinché raccolgano i loro vestiti, rifacciano il letto, portino fuori la spazzatura e svolgano diversi compiti. Tuttavia, le loro intenzioni sono buone. Si preoccupano profondamente dei loro figli e mantengono un tetto sopra la testa anche se a volte potrebbero sembrare ingiuste o fastidiose. È quando perdiamo le nostre mamme che ci rendiamo conto della loro importanza nella nostra vita.

Co-funded by the European Union

Espressione corporea

Il Piccolo Principe



Il Piccolo Principe rappresenta l'innocenza, l'ignoranza, la purezza e la stupidità. Quando il principe va a visitare le persone sui pianeti, non riesce a capirle e pensa che siano molto bizzarre. Si chiede perché l'Uomo d'Affari conti le stelle visto che non fa altro che "possederle". Inoltre non capisce perché il suo Fiore è "effimero", e che un giorno lo perderà perché morirà. Queste verità rimangono poco chiare durante il suo viaggio perché è innocente. Non riesce a vedere la realtà del mondo che lo circonda, né può comprendere la mente degli adulti. Quando incontra il Serpente, il Serpente non lo morde perché è così puro. Il Piccolo Principe non conosce i pericoli che rappresenta un serpente e quindi gli parla proprio come faceva con la Volpe. La sua mente non è influenzata dal male, dal denaro e dall'avidità come lo è la mente degli adulti. Inoltre, riesce a vedere ciò che gli adulti non vedono. Ad esempio, finalmente capisce l'importanza del fiore per lui perché è unico per lui e lui lo è per il fiore. Quindi, deve proteggerla e prendersi cura di lei. Gli adulti non capiscono cose del genere: non sanno perché un fiore dovrebbe mai essere importante quanto il denaro o la fama, né gli importerebbe se un fiore morisse e le stelle piangessero. Il principe riporta nella vita del narratore ricordi d'infanzia che aveva dimenticato da tempo. Insegna al narratore ad essere responsabile di coloro che si amano e ad essere se stessi anche se nessuno ascolta. Il piccolo principe ci insegna anche che le cose migliori del mondo non sono necessariamente le più costose, le più rare, le più fantasiose, ma quelle che vediamo e possiamo godere ogni giorno come gli amici e la famiglia.

Co-funded by the European Union

Espressione corporea



L’uomo d’affari

L'Uomo d'Affari rappresenta l'adulto perfetto perché la sua mente è occupata solo dai numeri. Man mano che cresciamo, i nostri interessi cambiano a causa di ciò che la società ci chiede. Dobbiamo assumerci la responsabilità e guadagnarci da vivere. Quindi non possiamo più essere bambini e giocare con i giocattoli o giocare nel parco giochi.

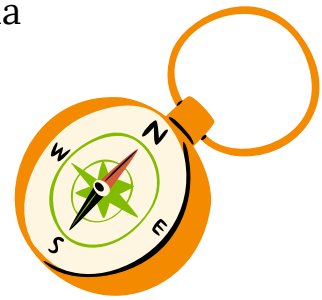


L'ubriacone

L'ubriacone è un uomo che beve perché si vergogna di bere!! È un circolo vizioso che va avanti per sempre... uomini del genere si vedono nella vita reale.

Il geografo

Perché il geografo parla e registra queste avventure, ma non le vive mai? Il geografo parla di tutto quello che riguarda la geografia ma afferma di essere un geografo e non un esploratore, quindi non è il "suo" compito esplorare il suo pianeta.



Co-funded by the European Union

Espressione corporea

3.9 La palla dei sentimenti

Tutti gli studenti vagano per la stanza mostrando noia o il sentimento che viene loro detto. Il facilitatore passa la palla dei sentimenti allo studente, che esprimerà automaticamente il sentimento opposto. Nessuno può cambiare la propria espressione corporea. Se lo fanno, vengono eliminati. Gli studenti imparano ad autocontrollarsi ed esprimere le emozioni anche se non le provano. Non sono ammesse parole durante questa attività.



3.10 Crescere

Gli studenti diventano semi e devono agire come tali. Decidono quale tipo di pianta sono, la immaginano e si comportano così durante lo sviluppo. Cresceranno passo dopo passo. Saranno “annaffiati”. Avranno la luce del sole e svilupperanno alcune foglie, poi i rami e alcuni fiori. A seconda di come si sono immaginati, muoveranno le braccia in un modo o nell'altro.





Co-funded by the European Union

Espressione corporea

3.11 Segui il leader

Uno studente viene scelto come leader e gli viene consegnata una carta con alcune emozioni e azioni da compiere (il leader decide il come). Gli altri membri del gruppo devono seguire il leader, facendo esattamente lo stesso. La musica può essere riprodotta durante l'esecuzione. Durante lo spettacolo non sono ammessi suoni o parole. Nessuno può fermarsi o perdersi. È il leader che deve incoraggiarli a seguire, sorridendo, usando il contatto visivo o qualsiasi altra risorsa, tranne il linguaggio sonoro o verbale.



Co-funded by the European Union

3.12 Gioco della palla - nomi

I bambini sono in cerchio; inizia il primo che ha la palla e la deve lanciare ad un bambino pronunciandone il nome. Se non ricorda il nome del bambino o commette un errore nel lanciare la palla, diventa una statua.

Farli diventare una statua è un'alternativa al passaggio del messaggio 'hai perso, sei fuori dai giochi'. In questo modo tutti rimangono nel cerchio e fanno parte del gioco ma sono congelati e immobili. Questa attività non solo permette di rimanere concentrati sul qui e ora, allenando la memoria per riuscire a ricordare i nomi di tutti i bambini, ma anche di acuire l'attenzione (perché in ogni momento si può essere chiamati e ricevere la palla), ma soprattutto crea consapevolezza nel proprio corpo, che deve appunto restare immobile, statuario.



Co-funded by the European Union

3.13 Serpente

I bambini stanno in cerchio e si tengono per mano. L'insegnante designa una persona come l'inizio del serpente e l'altra come la fine del serpente. Il primo bambino gattona, si arrampica e passa sotto le braccia dei bambini del cerchio fino a raggiungere l'estremità del serpente, e tutti gli altri bambini lo seguono, continuando a tenersi per mano. Una volta raggiunta l'estremità del serpente, i bambini devono determinare come districarsi tenendosi per mano.

Lo scopo dell'attività è lavorare in modo coeso e di gruppo, poiché i bambini si rendono conto di quanto sia importante sentirsi uniti per portare a termine l'attività (il serpente non deve mai spezzarsi e i bambini devono rimanere attaccati). Soprattutto, attivano insieme il loro ingegno per decidere come districarsi.



Co-funded by the European Union

3.14 Indovina l'oggetto

Si formano piccoli gruppi di tre partecipanti. Ad ogni gruppo vengono distribuiti dei biglietti con sopra scritto il nome/immagine di alcuni oggetti. I giocatori hanno circa 10 minuti per trovare un modo per costruire l'oggetto in questione con i propri corpi. Puoi anche usare la tua voce per riprodurre il rumore. È più interessante proporre oggetti che abbiano movimento e quindi cercare di riprodurli in movimento Esempi: macchina da cucire, lavatrice, telefono, fax, cerniera, penna a sfera, pentola a pressione, ferro da stiro, caffettiera, ecc. Quando i gruppi sono pronti (rispettate i tempi di preparazione!) presentano la loro creazione: agli altri spetta il compito di indovinare di cosa si tratta. Obiettivo dell'attività è improvvisare esprimendosi con il corpo, ma in squadra, lavorando quindi sulla coesione e sul lavoro di gruppo.



Co-funded by the European Union

Espressione corporea

3.15 Il quadro vivente



Viene ben delimitato uno spazio scenico e si formano piccoli gruppi di 6-10 persone. Ad ogni gruppo viene consegnata una carta che propone un ambiente (ad esempio: il fondale marino, lo stagno, la giungla, la metropoli,.). I membri del gruppo dapprima si dispongono, insieme al resto del gruppo, davanti allo spazio poi, senza prendere accordi verbali, cercano di riprodurre nello spazio definito un'immagine che suggerisca l'ambiente che è stato loro assegnato. Il primo membro del gruppo entra nello spazio e assume una posizione immobile (ad esempio, se l'ambiente è il fondale marino, può decidere di essere un'alga o un paguro, o un corallo). Uno dopo l'altro lo seguono gli altri che devono valutare la proposta di chi li ha preceduti per completare il quadro. Quando tutti i componenti del gruppo avranno preso posizione, il pubblico dovrà cercare di indovinare quale ambiente è rappresentato. Una volta completata l'immagine, puoi chiedere ai partecipanti di animarla e poi lasciare spazio a qualche minuto di improvvisazione. Poi, lentamente, il gruppo ritorna all'immobilità. Lo scopo è utilizzare le potenzialità del proprio corpo per esprimere qualcosa agli altri, attraverso l'improvvisazione e la fantasia.

Co-funded by the European Union

3.16 Mima la mia canzone

I bambini vengono disposti in due squadre, e l'insegnante dà a ciascuno il compito di mimare il titolo di una canzone famosa. Ogni gruppo sceglierà la musica che vorrà proporre.

È concesso un tempo di preparazione di 5 minuti in luogo appartato; poi ogni squadra presenta il proprio mimo in sala.

Alla fine dello spettacolo (solo alla fine), gli spettatori cercheranno di scoprire di che canzone si tratta. Questo tipo di gioco ha successo quando nei gruppi si è sviluppato un clima di fiducia e rispetto reciproco.





Co-funded by the European Union

3.17 Le statue

I partecipanti si muovono all'interno di uno spazio (come nelle passeggiate). Il conduttore suggerisce uno stato d'animo (tristezza, felicità, rabbia) e subito dopo da un segnale di stop. Ogni partecipante dovrà fermarsi “come una statua” nella posizione che questo stato d'animo suggerisce. Ad un nuovo segnale del conduttore i partecipanti riprendono la camminata in modo assolutamente neutro. Non deve esserci riflessione o “intellettualizzazione” dell'emozione: la parola suggerita deve trovare subito la sua espressione fisica. Questo esercizio permette di esercitarsi a mantenere una posizione ferma e favorisce la ricerca della spontaneità e l'esteriorizzazione di un'emozione.



Co-funded by the European Union

3.18 Il passaggio

Il gruppo sta in cerchio. Si passa la palla sempre seguendo la stessa sequenza: Pietro riceve sempre la palla da Simona e la passa sempre a Marta, Marta riceve sempre la palla da Paolo e la passa sempre a Giorgia, ecc. (evitare di passare la palla al vicino) . L'ultimo giocatore passa la palla al primo e il giro ricomincia. Quando il circuito funziona si può introdurre una seconda pallina e poi una terza. Questo gioco si presta bene per attrarre o richiamare la concentrazione di tutto il gruppo, soprattutto all'inizio o durante una sessione di animazione teatrale; lo scopo è sviluppare l'espressione, l'attenzione, il contatto e la concentrazione.



Co-funded by the European Union

3.19 Lo specchio

Ci disponiamo in questo modo: la coppia di fronte al resto del gruppo, uno di fronte all'altro. Ci guardiamo negli occhi. Dopo un momento di concentrazione, seguendo il segnale dell'animatore, uno dei due partner inizia lentamente ad eseguire una serie di movimenti che l'altro deve riprodurre come se fosse uno specchio e tutti gli altri partecipanti devono fare lo stesso. Devono continuare a guardare. È importante muoversi con tutto il corpo (non solo la parte superiore) e coinvolgere nel movimento anche l'espressione facciale. L'obiettivo è trovare l'armonia, quindi chi propone il movimento non deve cercare di sorprendere l'altro, ma al contrario deve verificare che i suoi compagni siano in grado di seguirlo. È utile accompagnare l'esercizio con musica soft. Questo esercizio favorisce la concentrazione, la consapevolezza del proprio corpo e l'ascolto dell'altro.



Co-funded by the European Union

Espressione corporea

3.20 Separiamoci

I partecipanti camminano concentrati nello spazio. Su proposta dell'animatore dovranno separarsi in due gruppi che occuperanno due angoli opposti dello spazio. Il numero dei componenti dei due gruppi sarà dettato dall'animatore. Se il facilitatore dice "uno", uno dei partecipanti deve subito andare ad occupare da solo un angolo della stanza mentre il resto del gruppo va ad occupare l'angolo opposto, formando un gruppo compatto. Se il facilitatore dice "quattro", quattro partecipanti dovranno formare un gruppo compatto in un angolo della stanza e il resto del gruppo si disporrà unito nell'angolo opposto. Da quando è stato dato il mandato, ognuno deve “sentire” dove stanno andando gli altri e agire di conseguenza. L'accordo deve essere raggiunto senza parlare. Questo esercizio allena la concentrazione e insegna ad accettare la proposta degli altri. È molto utile anche per valutare la posizione di ciascun partecipante nel gruppo: se una persona è spesso sola o in un gruppo più ristretto, dimostra di non aver paura del confronto con il resto del gruppo. Al contrario, chi evita di restare solo di fronte al resto del gruppo ha comunque bisogno di superare una serie di inibizioni prima di esporsi davanti allo sguardo del gruppo (magari in un gioco di improvvisazione individuale).

Co-funded by the European Union

4. Espressione scritta

4.1 Diario di bordo

Tieni un semplice diario in cui scrivi quotidianamente come puoi costruire un senso di appartenenza nella tua famiglia/comunità/scuola

A quali attività a scuola potrei iscrivermi?

Ci sono gruppi che condividono i miei interessi nella mia comunità? Come l'arte, gli scacchi, lo sport, ecc.

Posso contribuire di più alle questioni familiari? Ad esempio, aiutare con le faccende domestiche, badare ai fratelli, chiamare i nonni, ecc

4.2 Trasformare la critica negativa in critica costruttiva

L'insegnante distribuisce delle carte con semplici affermazioni. Gli studenti "capovolgono" la critica negativa in critica costruttiva.

Esempio:
La tua amica ha comprato un vestito nuovo e non le sta bene.

Critica negativa - "Quel vestito è orribile addosso a te!"

Trasforma il negativo in costruttivo... "Quel colore ti sta bene ma il taglio dell'altro vestito ti sta davvero meglio"

Gli scenari possono essere adattati dall'insegnante

Co-funded by the European Union

CONSIGLI per l'improvvisazione

1. Guardati in video

Qual è il modo più efficace per vedere i tuoi punti di forza e di debolezza e migliorare? Registrati e guarda poi il video! Gli oratori pubblici lo considerano un must e dovresti farlo anche tu.
Non ti piace guardarti in video? Fattene una ragione! Se vuoi che gli altri ti guardino, il minimo che puoi fare è guardare anche tu te stesso. È uno dei modi per migliorare le tue prestazioni in qualsiasi cosa!

2. Fatti offerte alla cieca



Non sai cosa dire?
Non sei sicuro di cosa fare?
Fai un'offerta cieca a te stesso!
Un'offerta alla cieca avviene tipicamente quando consegni un oggetto invisibile a qualcun altro e lui ti fa sapere cosa gli hai consegnato. È cieco perché non sai di cosa si tratta fino a dopo. Un'offerta cieca a te stesso è esattamente la stessa cosa.
Prendi qualcosa di immaginario senza sapere di cosa si tratta! Fai qualche gesto o movimento e giustificalo solo a fatto avvenuto. Ti allunghi per prendere qualcosa. È il guantone da baseball di quando avevi 7 anni. O le scarpette che hai comprato per il bambino che non è mai nato. O la mappa del tesoro che ti hanno lasciato i tuoi genitori. Potresti anche sapere cosa stai raccogliendo e abbandonarlo per qualunque nuova idea ti venga in mente. Questo significa prendere l'ignoto piuttosto che il conosciuto! Vivi pericolosamente!

Co-funded by the European Union

CONSIGLI per l'improvvisazione

3. Prova ad essere incoerente

Nella vita reale, le persone dicono verbalmente una cosa mentre il loro linguaggio del corpo dice qualcosa di completamente diverso. Succede tutto il tempo. Sul palco, le persone spesso sono più coerenti. Si suppone che qualcuno seduca un'altra persona e semplicemente esce allo scoperto e lo dice e il suo linguaggio del corpo corrisponde perfettamente. Nella vita reale, quella persona potrebbe non dire nulla direttamente. Potrebbe temere il rifiuto, potrebbe non essere autorizzata a sedurre a causa di un rapporto di lavoro. Qualunque cosa! Ci sono molte cose del genere. Forse non ti piace qualcuno, ma sei in una situazione in cui devi essere educato con lui. Non puoi semplicemente dire: "Penso che tu sia un mostro!" Ma il tuo linguaggio del corpo trasmette l'idea. Sottilmente. Questo può essere incredibilmente interessante per il pubblico! Piuttosto che essere diretto nei tuoi atteggiamenti, desideri e convinzioni, cerca di nasconderli. Resisti verbalmente all'idea mentre cedi fisicamente o viceversa. Di': "No, non possiamo!" Mentre fisicamente ti avvicini alla persona che desideri così tanto!

4. Esercitati a non avanzare

Questo può essere uno strumento molto divertente... Immagina di stare per aprire la porta del frigorifero. È bloccato. Tiri più forte. È ancora bloccato. Chiedi a qualcuno che ti aiuti a tirare. Non si muoverà. Prova un sistema di funi e carrucole. No! Prendi una pistola e spari alla porta. Senza fortuna! Prendi della dinamite e provi a farla esplodere! Maledetto questo frigorifero! Questo è l'atto di perseverare con un'attività. Non stai avanzando in un'altra azione. Rimani bloccato sull'azione di provare ad aprire il frigorifero. Provi una dozzina di modi diversi e diventa più interessante quanto più ci provi!

Co-funded by the European Union

CONSIGLI per l'improvvisazione

5. Cambia ritmo

Alcune persone parlano e si muovono lentamente tutto il tempo. Alcune persone parlano in maniera velocissima e gesticolano selvaggiamente – tutto il tempo! Se vuoi ritrarre personaggi e personalità diverse, faresti meglio a cambiare ritmo! È uno dei modi più semplici e facili per trasmettere un nuovo personaggio. Se per te è difficile parlare velocemente, esercitati! Se parlare lentamente e muoverti di meno ti fa venire voglia di saltare da un dirupo, fai pratica! (Esercitati nella lentezza, non nel salto dalla scogliera...) Semplicemente avere un ritmo diverso da quello del tuo partner di scena può creare grande umorismo e deliziare il pubblico.

6. Dimentica di essere divertente

Più ti concentri sull'essere divertente, più sarai spinto dal bisogno di compiacere gli altri. Perderai la tua spontaneità e diventerai niente più che un semplice schiavo dei capricci della risata. Potresti notare come molti comici tendano a non essere così felici nella loro vita reale. La risata è una di quelle cose che tende ad essere volubile come l'amore. Più cerchi di forzarlo, più si allontana. Concentrarsi su qualsiasi altra cosa, sarà più produttivo.

Co-funded by the European Union

CONSIGLI per l'improvvisazione

7. Utilizza scene "guidate dalle relazioni" e scene "guidate dall'azione"

Una scena guidata da una relazione è interessante a causa delle dinamiche tra i personaggi. (Può essere una scena con una sola persona e riguardare comunque la relazione della persona con se stessa o con le persone che descrive.). Una scena guidata dall'azione riguarda ciò che accade. Qualcuno scopre un corpo, cerca di nasconderlo, qualcuno inizia a spararglì addosso, vengono trascinati in uno squallido mondo sotterraneo di bugie, lussuria e vendetta. Una scena o una storia possono contenere elementi di entrambi. È utile mirare a uno, o notare dove sta andando naturalmente e porre l'accento su quel punto. Noterai che qualsiasi libro, opera teatrale o film di Hollywood potrebbe essere più focalizzato sull'azione (la maggior parte di essi) o sul personaggio e sulle relazioni. Spesso sono le storie guidate dalle relazioni a commuoverci di più.

8. Emetti suoni emozionali. Uhm hmmm...

Nella vita reale le persone dicono: "Ah! Oh! Hmmm. Ooops! Argh! Ohhhh! Ummm hmmm! Rawr!" Facciamo tutti i tipi di rumori senza accorgercene. E, una volta che saliamo sul palco e diventiamo nervosi, entriamo in modalità parlante. Non produciamo i nostri normali rumori espressivi. Quindi, prova ad aggiungere alcuni rumori e suoni emotivi alle tue scene e scopri cosa succede! Anche se all'inizio sembra innaturale. Probabilmente scoprirai di sembrare più espressivo e naturale.

Co-funded by the European Union

CONSIGLI per l'improvvisazione

9. Evita le troppe domande?



Spesso facciamo domande per evitare di aggiungere qualcosa noi stessi.
Lo facciamo per far sì che sia l'altra persona a creare. Vogliamo che contribuiscano con le idee. Quindi, potremmo persino bloccare quelle idee che abbiamo chiesto! Prova a fare delle scene senza fare domande e scopri cosa succede. Fai più dichiarazioni. Fai richieste! È probabile che saranno più attivi e tu ti metterai maggiormente in gioco.

10. Crea un'inclinazione

Una inclinazione è quando prendi il mondo felice che è stato creato e lo capovolgi!

Stai parlando con la tua amorevole moglie e scopri che ha una relazione...
Parli con tuo figlio e scopri che è morto e ti sta chiedendo di vendicare il suo omicidio...
Sei tra le braccia del tuo amante che rivela di essere un lupo mannaro...

Una volta inclinata la scena, diventa estremamente interessante scoprire cosa succede dopo!

Co-funded by the European Union

CONSIGLI per l'improvvisazione

11. Parla senza senso o blah.



Uno dei modi più utili per farti uscire dalla tua testa e immergerti nel momento è usare parole senza senso! Togli l'attenzione dalle parole e ti concentri sul tuo partner di scena, sul pubblico, su ciò che ti circonda. Muoverai di più il tuo corpo e diventerai più espressivo. Possiamo dimostrare quanto puoi trasmettere senza parole. Possiamo trasmettere un'intera storia al pubblico interamente attraverso parole senza senso e linguaggio del corpo. Un modo semplice per rendere ancora più semplici le parole senza senso è semplicemente dire blah. "Blah, blah blah blah blah." È più semplice e richiede ancora meno concentrazione delle parole senza senso! (Tuttavia sono molte parole di 4 lettere...) Crea la tua lingua e divertiti!

12. Gioca con il modo in cui ti muovi.

Il modo in cui ti muovi dice molto di te prima ancora che tu dica una parola! Cammini, gesticoli, ti siedi e stai in piedi in un modo particolare. Guarda la tua camminata. Quanto velocemente o lentamente cammini? Quali parti del tuo corpo oscillano e si muovono mentre cammini? Dov'è il tuo corpo legato e immobile? Dove guardi e ti concentri mentre cammini? Puoi giocare e modificare tutte queste cose e diventare una persona completamente diversa! Se normalmente cammini veloce, prova a muoverti lentamente. Se normalmente cammini in modo rilassato, prova a essere legato. Se normalmente muovi le braccia, prova a tenerle ferme. Questo creerà un'impressione diversa sul pubblico e aiuterà a farti sembrare più interessante nelle scene. Cambierà effettivamente ciò che dici e il modo in cui rispondi agli altri. Il modo in cui ci muoviamo è ciò che siamo: prova a cambiarlo!

Co-funded by the European Union

CONSIGLI per l'improvvisazione

13. Impara a usare il contatto visivo

Il contatto visivo è un aspetto del linguaggio del corpo e ha un impatto incredibile. Il primo passo è prendere consapevolezza del contatto visivo. Usalo come mezzo per trasmettere un messaggio su chi sei e quale è la tua relazione con l'altra persona.
Stabilisci un forte contatto visivo?
Distogli molto lo sguardo?
Sbatti le palpebre frequentemente?
Guardi più una persona che un'altra?
Cosa dice di te?
Inoltre, se interagisci con un pubblico, impara a stabilire un contatto visivo con tutti in un modo che li faccia sentire visti. Qualcuno ti ha mai guardato in un modo in cui hai avuto la sensazione che non ti vedesse davvero? Devi imparare una combinazione di contatto visivo ed espressione facciale per far sentire riconosciuto chiunque stai guardando. E devi farlo con l'intero pubblico. Se guardi solo certe persone o certe parti del pubblico, le persone che ignori si sentiranno strane e ignorate.



14. Usa i costumi

Ancora una volta, puoi semplicemente far immaginare a tutti che indossi un'armatura o altro. Eppure, ricordi quanto era divertente quando da bambino giocavi a travestirti? Tutti i bambini lo fanno. È divertente, giocoso e aggiunge un elemento di varietà.

Co-funded by the European Union

CONSIGLI per l'improvvisazione

15. Cambia il linguaggio del corpo per creare grandi effetti

Parte dell'essere uno straordinario improvvisatore è diventare un esperto del linguaggio del corpo! Quanto sbatti le palpebre? Quanti gesti fai? Sono veloci o lenti? Parli più con una persona che con un'altra? Quanto velocemente rispondi quando ti viene posta una domanda? Ridi molto? Sei tranquillo o parli molto? Sorridi molto? Hai una postura dritta o sei curvo? Cammini sul pavimento o stai fermo? Tutte queste cose e molte altre possono creare enormi differenze nel modo in cui ti approcci. Inoltre, se ne cambi uno, probabilmente ne cambierai diversi. Cambia la tua postura e probabilmente cambierai il contatto visivo e la velocità dei movimenti. Cambia quanto sbatti le palpebre e potrai muoverti di più. Scegli un aspetto specifico del linguaggio del corpo e concentrati su quello. Scopri cos'altro cambia. Scopri quale effetto crea. Le piccole cose possono avere un grande impatto!

16. Coinvolgi il pubblico



Coinvolgi il pubblico in tutti i modi che ti vengono in mente:

- Suggerimenti personali dalle loro vite: rotture, come si sono incontrati, decisioni che cambiano la vita...
- Prendi in prestito oggetti da loro.
- Chiedi loro di assisterti nello spettacolo.
- Mettili in gioco (se fallisci una sfida, saranno loro a subire un destino orribile!)
- Interagisci con loro durante scene e giochi.
- Falli cantare o fare rumore con effetti speciali.
- Trasforma un gruppo di loro in un comitato.

Co-funded by the European Union

CONSIGLI per l'improvvisazione

17. Canta! Canta! Canta!



Se stai migliorando per un certo periodo di tempo finirai per cantare. Accadrà! Stringi i denti e vai avanti! Inizia a praticare. Puoi attivare brani musicali senza parole e inventare testi. Oppure puoi semplicemente iniziare a cantare e gradualmente si svilupperà una melodia. Molte persone hanno una sorta di fobia del canto. Si opporranno dicendo: "Non so cantare! Non hai mai sentito una voce così brutta come la mia! Non riesco a portare una melodia, non riesco nemmeno a prendere una nota! Cantare davanti al pubblico, mai!!!" La verità è che ad un certo punto del tuo passato hai ricevuto un commento negativo sul tuo modo di cantare e questo ha ferito i tuoi sentimenti. Potresti essere stato TU a dirlo! Oppure da bambino hai ricevuto così poco incoraggiamento che semplicemente non pensavi di essere bravo in niente. Qualunque cosa. Tutto torna all'autostima. Cantare è qualcosa che ogni singola persona dovrebbe essere in grado di fare per il proprio divertimento. È qualcosa che piace a ogni bambino e se non hai mantenuto quella gioia puoi riaverla..

18. Corri dei rischi

Un rischio è qualcosa che ti spaventa. È quando il tuo cuore batte più forte. Provi un gioco in cui non sai se riuscirai ad avere successo. Segui un corso di miglioramento anche se sei sicuro che fallirai. Ti trovi davanti a un pubblico per la prima volta. Sei d'accordo con le idee del tuo partner anche se pensi che siano pazze e non funzioneranno. Lo fai anche se ogni fibra del tuo corpo ti dice di fermarti. Questo è il rischio. Costruire quell'abitudine è una delle cose migliori che puoi fare per migliorare la tua vita. Davvero...

Co-funded by the European Union

CONSIGLI per l'improvvisazione

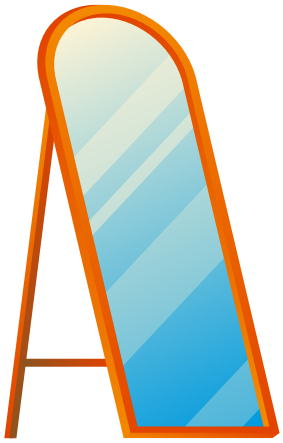
19. Muori e basta!



Ci sono alcune cose che molti improvvisatori semplicemente non fanno. Come morire.

Questo perché sarebbero fuori scena. Lasciare la scena prima che finisca? Mai! In effetti, è probabile che qualsiasi azione forte, come morire, separarsi, uccidere o licenziare qualcuno, venga rinviata il più a lungo possibile. Agli improvvisatori viene detto che uno di loro deve morire nella scena. Passano i minuti e sembra non accadere nulla. Passano le ore. Cala la notte, comincia a sorgere il solee e tutti sono vivi. Come nella vita, devi intraprendere un'azione forte. Può sembrare che attendere di "morire" aggiunga drammaticità. No, aggiunge tempo. Aggiunge parole. Aggiunge noia. Raramente aggiunge drammaticità. Questo perché è una fuga dall'ignoto. È una fuga dall'irreversibile. Invece di girare intorno al problema, sbrigati e toglilo di mezzo. E poi scopri come va a finire. È spaventoso, ma la paura è interessante.

20. Lo specchio



Due attori si guardano negli occhi e cercano di anticipare i rispettivi movimenti, esattamente come se fossero riflessi allo specchio.

Tutto deve essere imitato: dai movimenti alle espressioni facciali.

Co-funded by the European Union

CONSIGLI per l'improvvisazione

21. Riconosci l'emozione

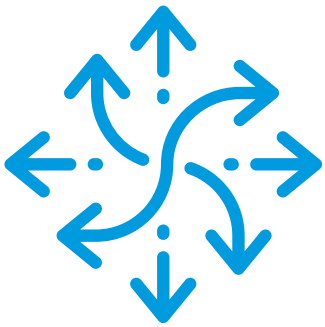
Non si tratta di un vero e proprio gioco, ma di un test di riconoscimento emotivo: vengono mostrati volti che esprimono emozioni (anche non comuni, come disprezzo o angoscia) e i bambini devono commentare le immagini dando la propria idea di ciò che vedono.



22. Immagini in sequenza

La tecnica utilizza una serie di frammenti di un'immagine messi insieme per esprimere emozioni o valori specifici che ciascun frammento rappresenta. Va notato che la sequenza può essere scelta in modo ordinato o talvolta casuale per un effetto più potente e un'enfasi sul valore desiderato.

23. Produzione letteraria



Utilizzando il testo della storia come punto di partenza, i bambini hanno esplorato e giocato con modelli di parole che hanno portato alla creazione di una nuova versione della storia, utilizzando nuove parole e valori creati.

Co-funded by the European Union

8STORIES

FOR CREATIVITY

Co-funded by the European Union

Il sostegno della Commissione europea alla produzione di questa pubblicazione non costituisce un'approvazione del contenuto, che riflette esclusivamente il punto di vista degli autori, e la Commissione non può essere ritenuta responsabile per l'uso che può essere fatto delle informazioni ivi contenute.