

# DANZANDO...S'IMPARA!

## LABORATORIO DI EDUCAZIONE RITMICA E MUSICALE

### Musica, Ritmica, Arte, Giochi Cantati e Danze Popolari

a cura di Chiara Garuglieri  
MusicArTerapeuta nella Globalità dei Linguaggi

*"La danza è la madre di tutte le arti.  
Prima di affidare le sue emozioni  
alla pietra, al suono,  
l'uomo si serve del suo corpo  
per organizzare lo spazio  
e ritmare il tempo."  
Da "Storia della Danza" di C.Sachs*

A CHI E' RIVOLTO  
Scuola Primaria

## INTRODUZIONE

Il progetto "Danzando S'Impara" è un percorso espressivo-musicale che ha come scopo l'apprendimento di danze e canti attraverso l'educazione alla ritmica, al movimento consapevole e alla relazione interpersonale.

Nelle linee guida dell'Organizzazione Mondiale della Sanità viene indicata la salute come mezzo per migliorare il benessere scolastico e le Life Skills come strumento per una sana crescita personale: il percorso "Danzando s'Impara" si propone di sostenere e integrare le competenze corporee, emotive, relazionali, espressive e artistiche dei bambini e delle bambine, con particolare attenzione all'integrazione e all'inclusione degli alunni e delle alunne tutelati dal L.104, in possesso di altra certificazione o provenienti da altri paesi, modulando il percorso in base alle esigenze del singolo alunno e del gruppo classe.

Il percorso musicale attraverso ritmica, movimento e danze popolari è stato strutturato riproponendo gli elementi più funzionali selezionati in anni di esperienza nei contesti scolastici, per valorizzare gli scambi relazionali e

sociali attraverso la dimensione musicale e la messa in gioco della dimensione corporea ed espressiva, in un ottica individuale e di gruppo.

Il movimento è vita ed è un mezzo di integrazione delle conoscenze e delle nozioni; così come il nostro cervello è suddiviso in emisfero destro ed emisfero sinistro, ognuno con funzioni ben definite, così le attività saranno alternativamente volte a stimolare sia l'esigenza creativa ed espressiva dell'emisfero destro sia l'esigenza ritmica e logica dell'emisfero sinistro, attraverso un alternarsi di proposte differenti ma ben integrate e bilanciate: la musica e la danza si presentano naturalmente come arti in cui il caos e la forma si alternano, nutrendo entrambe le esigenze dell'animo umano.

## CONTENUTI

Il percorso si struttura in un percorso di giochi ritmici e musicali, sperimentazione musicale e vocale, canti e nelle danze della tradizione italiana e internazionale, uso degli strumentini, in modo da arrivare alla struttura del brano musicale, della danza e del movimento attraverso un contesto di gioco, fiaba e racconto.

Saranno presentate delle semplici danze popolari più adatte alle scelte curriculari degli e delle insegnanti; spaziando dalle danze tradizionali italiane a quelle straniere; alcuni esempi: pizzica e tarantelle del Sud Italia, ballarella e saltarello del centro Italia, danze occitane del Nord Italia, quadriglia, trescone e ballo dei gobbi toscani, danze balcaniche, greche, francesi, inglesi, peruviane, cinesi, spagnole, etc etc...

Le danze possono essere introdotte da giochi ritmici e musicali, "body percussion" o canoni cantati a cappella, in modo da approcciarsi in maniera modulare e graduale.

Le attività proposte possono essere modulate in maniera specifica per gli alunni e le alunne tutelati dal L.104 o in possesso di altra certificazione, in modo da favorire l'inclusione e l'integrazione attraverso il veicolo espressivo e non verbale del corpo, del suono e del movimento.

Sarà possibile, se gli insegnanti sono interessati, proporre alcune attività di "grafomotricità", dove la musica e il canto sostengono e stimolano in

maniera naturale il gesto-segno delle linee base del pregrafismo: molti studi affermano che i movimenti di motricità fine necessari per un gesto efficace nella scrittura possono essere acquisiti con più facilità e scioltezza se il corpo ha già introiettato la mappa corporea e la propriocezione spaziale: dal grande al piccolo, in un processo graduale di crescita, il movimento del corpo nello spazio viene tras-portato nelle mani per sostenere il gesto della scrittura e implementare l'orientamento spaziale nel foglio bianco, specie nel primo ciclo di scuola primaria.

## FINALITA'

Il progetto si integra con gli argomenti curricolari legati allo studio delle regioni e delle tradizioni italiane, così come, attraverso la profondità storica delle danze, ci collegano alle generazioni passate e a una società antica, permettendoci di rivivere storie e miti che hanno ancora tanto da regalarci e raccontarci.

Le danze popolari nascono come modalità di aggregazione e di socialità in tutte le culture, e possono rappresentare un veicolo privilegiato di aggregazione e integrazione nei contesti multietnici e plurilinguistici, e in presenza di alunni e alunne tutelati da certificazioni, utilizzando il linguaggio espressivo e comunicativo del corpo.

La socialità viene stimolata e sostenuta in quanto una danza in cerchio richiede al singolo la responsabilità di "andare a tempo" e funziona solo se tutti i membri partecipano attivamente "come un corpo solo", educando alle regole di gruppo e di comunità, stimolando l'empatia e l'autocoscienza dei bambini e dei ragazzi attraverso la consapevolezza corporea.

Il ritmo sostiene e struttura il movimento in quanto elemento riconoscibile in tutte le culture: dal battito materno nella vita prenatale, il ritmo ordina e struttura la realtà intorno a noi e ci consente di sentirci parte di un tutto; l'importanza di "andare a ritmo", di "sentire il ritmo che cambia" e di tradurlo in movimenti del corpo sostiene lo sviluppo della propriocezione, della coordinazione, della spazialità, della percezione di sé, dello spazio e dello spazio in relazione agli intorno a me.

Le danze utilizzate richiedono un coinvolgimento corporeo completo, a partire dai passi fino all'uso delle braccia, della gestualità e della mimica

facciale; richiedono la presenza e l'attenzione ai propri movimenti e ai movimenti degli altri, sviluppando l'armonia corporea e il senso del gruppo; aiutano gli allievi più iperattivi perché richiedono presenza e attenzione; sostengono gli allievi più emotivi e timidi a mostrarsi e a prendere il loro posto nel gruppo; stimolano la capacità di relazioni interpersonali attraverso un diverso linguaggio espressivo/comunicativo.

Grande attenzione sarà riservata all'espressività personale e all'esplorazione della percezione musicale, in modo che i bambini e i ragazzi possano avere lo spazio per sviluppare una propria modalità comunicativa riguardo ad emozioni e stati d'animo.

A conclusione del progetto ci può essere in accordo con le insegnanti una restituzione finale delle danze apprese durante il percorso, attraverso il coinvolgimento attivo di bambini e bambine.

L'ultima parte prevede una piccola partecipazione dei genitori che saranno coinvolti a danzare con i loro figli, in modo da amplificare il valore comunitario della cultura popolare che unisce le diverse generazioni.

## OBIETTIVI

- Sviluppo e interiorizzazione dello schema corporeo e della coordinazione spaziale
- Sviluppo della musicalità e della ritmica, individuale e di gruppo
- Gestione delle emozioni e sostegno allo sviluppo relazionale ed emozionale
- Creatività ed Empatia
- Relazionalità e inclusività sociale
- Conoscenza delle danze e delle musiche tradizionali italiane e del mondo
- Integrazione e accoglienza di culture straniere attraverso musiche e danze popolari estere
- Inclusione di alunni e alunne tutelati da L.104 e altre certificazioni
- Senso sinestetico delle arti
- Conoscenza di culture diverse e lontane (geografia e storia)

- Sviluppo ed esplorazione della propria espressività corporea
- Sviluppo dell'autonomia personale e della collaborazione di gruppo
- Conoscenza del disegno geometrico tramite lo sviluppo della spazialità (cerchi, linee, diagonali, etc)

## FASI DI ATTUAZIONE

A seconda dell'età, delle caratteristiche dei partecipanti, delle richieste delle e degli insegnanti, la proposta sarà modulata attraverso diverse attività:

- danza creativa
- danze popolari
- consapevolezza corporea
- giochi sociali
- giochi cantati
- body percussion
- educazione ritmica
- esplorazione vocale
- espressività grafico-pittorica

Si lavorerà con il ritmo e la ritmica, spaziando dal ritmo ascoltato al ritmo creato, con giochi di ascolto e movimento per educare l'orecchio; ampio spazio sarà dato all'esplorazione della propria espressività personale attraverso danze e movimenti generati da suggestioni sonore o narrative, al fine di sviluppare un personale "sentire" della musica.

Gli incontri saranno strutturati con tre differenti fasi: una prima fase di introduzione e saluto con canti e giochi semplici e ripetitivi per aprire l'incontro, una fase centrale con le differenti proposte della giornata, e una fase di chiusura e saluto per concludere insieme.

Potranno essere utilizzati piccoli strumenti percussivi e melodici, come tamburelli, sonagli, maracas, triangoli, legnetti, etc, per creare una piccola orchestra di percussioni. Dal caos informale andremo verso l'organizzazione ritmica; da far suonare il corpo andremo a far suonare gli strumenti, con semplici partiture, accompagnati dalla voce.

A seconda dell'età del gruppo classe potranno essere usati materiali di supporto per sottolineare l'espressività come stoffe, nastri e foulard.

## MODALITA' DI SVOLGIMENTO

6 incontri della durata di 1 ora, una volta a settimana, in palestra, in aula di musica o all'aperto.

Si suggerisce di fornire uno spazio vuoto e ampio per una migliore fruizione delle attività di movimento.

## DOCENTE

Chiara Garuglieri (CV completo allegato alla mail)

MusicArTerapeuta iscritta all'Associazione Italiana MusicArTerapeuti nella Globalità dei Linguaggi (AIMAT), Metodo Stefania Guerra Lisi dal 1970.

Diploma in Accademia di Belle Arti

Master e Diploma in MusicArTerapia nella Globalità dei Linguaggi Metodo Stefania Guerra Lisi, disciplina che si basa sull'inclusione e l'integrazione di ogni tipo di disabilità

Insegnante di Danze Folk per adulti e bambini e fondatrice della Scuola di Danze del Sud Italia "Tarante Fiorentina"

Operatrice esterna nelle scuole di ogni ordine e grado per progettazione e gestione di percorsi di musica e danza, arte, teatro, educazione ritmica e propedeutica musicale, integrazione e inclusione della disabilità.

Formazione in Ritmica Dalcroze, Metodologia Orff, Kinesiologia Educativa, Movimento Consapevole, Giochi Musicali, Educazione Olistica, Yoga per bambini, Body Percussion

Referente: Chiara Garuglieri tel. 3407739616 mail [chiaragaruglieri123@gmail.com](mailto:chiaragaruglieri123@gmail.com)