

TeatrAzione

scuola di circo teatro

Teatro - Animazione - Spettacolo

Sede v. Rismondo 39 - 10127 TORINO -tel +39 011 5889562 fax +39 178 2730363/5

<http://www.teatrazione.com> - [E-mail: teatrazione@teatrazione.com](mailto:teatrazione@teatrazione.com)

"CircolandO"

circo extrascuola

"formazione ludico-circense per 'circolare' fuori dal disagio e costruire uno stile di vita attivo"

Con la presente vogliamo proporvi un'attività dedicata all'**educazione motoria come stile di vita**, tema particolarmente sentito per il sempre crescente numero di individui obesi e ipocinetici come particolarmente evidenziato dal MIUR nel progetto:

"alimentazione, movimento, stili di vita: istruzioni per l'uso"

(<http://www.utsefto.it/stili%20di%20vita/stili%20di%20vita%20il%20PROGETTO/progetto%20stili%20di%20vita%20-%20presentazione%20generale.ppt>)

".....omissis Il contesto sociale, i modelli e i ritmi di vita, influenzano, fin dalla giovane età, le condotte e gli stili di vita dei ragazzi Omissis"

E' accertata la correlazione tra la sedentarietà e l'insorgenza di malattie, in particolare delle patologie croniche e degenerative . In tale ambito risulta sempre più evidente, in particolare nei centri urbani, la drastica riduzione del movimento spontaneo quotidiano. studi e ricerche pluriennali, realizzati a livello mondiale, europeo e nazionale, concordano nell'evidenziare la carenza di movimento come elemento che caratterizza negativamente gli stili di vita della popolazione giovanile, ponendo il problema della sindrome ipocinetica e delle correlazioni tra sedentarietà, alimentazione e salute.

Azioni efficaci di prevenzione devono mirare ad ottenere cambiamenti, anche minimi ma significativi, negli stili di vita personali.

INDAGINE ISTAT 2001 sulla pratica dell'attività fisica e sportiva a livello nazionale

Raccomandazioni della Community Preventive Services - Atlanta 2001 sull'efficacia degli interventi finalizzati all'aumento della pratica dell'Attività Fisica e per il miglioramento dell'efficienza fisica.

Piano Sanitario Nazionale 2003-2005

O.M.S.: Indicazioni sui danni della sedentarietà e della scorretta alimentazione (2002)

O.M.S.: "Strategia globale su dieta, attività fisica e salute". valore della prevenzione basato su corretti stili di vita (2004)

MIUR - Indicazioni nazionali per i Piani di studio personalizzati della scuola primaria e secondaria di I e II grado

Questo progetto è finalizzato a fornire al mondo della scuola un contributo propositivo sui temi dell'educazione al movimento inteso come aspetto essenziale per la pratica responsabile di stili di vita salutari.

Partendo dalla considerazione che la **sedentarietà**, oggi forzosamente sempre più diffusa nella vita quotidiana della società moderna, comporta minori occasioni d'incontro tra i giovani con conseguente maggior senso di solitudine e disagio e innesca un circolo vizioso ipocinesia-solitudine-obesità-insicurezza, il nostro laboratorio intende sviluppare una **abitudine al movimento come stile di vita**.

Con una attività motoria dalle caratteristiche prettamente ludiche come le tecniche circensi s'intende sollecitare un uso personale e creativo del tempo come alternativa alla noia ed alla sedentarietà padri del disagio sociale.

Lo scopo è quello di potenziare le *capacità espressive* di chi si trova in quelle sempre più frequenti crisi di identità e di comunicazione particolarmente diffuse tra i giovani a causa della sempre crescente solitudine e sedentarietà.

In più il giovane che si avvicina al mondo delle tecniche teatrali, acquisisce una maggiore *sicurezza di sé* nel rapportarsi agli altri ed ha occasione di sperimentare nuove e differenti *immagini del proprio io*, aiutandolo in quella difficile ricerca del *progetto di sé* che ha notevole importanza nella formazione della propria *personalità*.

Il giovane, soprattutto in età adolescenziale, sente crescere in sé una grande energia e diverse potenzialità fisiche, intellettive, affettive effetto naturale dello sviluppo; nel contempo cresce fortemente il desiderio di affermazione sociale nei confronti dei pari: tutto questo sollecita una forte spinta a **"sperimentare il limite per mostrarsi"**, situazione che accentua agevolmente l'occasione per creare uno **"stile di vita attivo"**

TeatrAzione Teatro - Animazione - Spettacolo - scuola di circo teatro

Sede operativa v. Rismondo 39 - 10127 TORINO -tel +39 011 5889562 tel/fax +39 178 2730363 <http://www.teatrazione.com> - [E-mail:](mailto:teatrazione@teatrazione.com)

teatrazione@teatrazione.com

La riuscita in una azione che ha dello "straordinario" rappresenta una sfida ed un motivo d'orgoglio di fronte agli amici. L'equilibrisma soddisfa nel contempo il **gusto del difficile**, il **piacere di riuscita** in una "performance", il **desiderio di ammirazione** dal proprio gruppo.

Per questo motivo riteniamo che una **attività ludico circense** stimoli fortemente la voglia di fare e quindi uno "**stile di vita attivo**" contribuendo così a contrastare il disagio sociale e l'obesità da ipocinesia.

Finalità

Partendo da questo presupposto il nostro laboratorio intende sviluppare nei partecipanti:

- la **consapevolezza di sé** insita in una "azione performativa"
- **volontà di fare** come contrasto alla noia
- **abitudine al movimento ludico e creativo** come strumento per la creazione di un proprio stile di vita attivo

Obiettivi

- Educazione alla sicurezza personale e collettiva
- Trasferire il concetto di sicurezza nel rispetto delle regole e dei segnali
- Sviluppare la coscienza del pericolo stradale sia come "attore" (guidatore, pedone...) sia come "spettatore" (persona che "subisce" l'incidente causato da altri)
- Sensibilizzare alle norme di comportamento previste dal codice della strada
- Sensibilizzare ai comportamenti di sicurezza del pedone, del ciclista, del ciclomotore, dell'automobilista.

Con questi intenti per aiutare gli insegnanti nel loro lavoro educativo, **TeatrAzione** propone un laboratorio di teatro fisico e circense particolarmente indirizzato alla coscienza di sé ed al desiderio motorio.

IL LABORATORIO

metodologia

La nostra scelta ricade sulle tecniche del **teatro fisico** e delle **attività circensi**, con i suoi elementi acrobatici, perché sono percepite come più piacevoli, gratificanti, spettacolari e quindi colpiscono maggiormente la fantasia dell'individuo; inoltre hanno il fascino delle *abilità fuori dall'ordinario* e sono più facilmente utilizzabili per migliorare abilità di "*presentazione di sé*" e di "*comunicazione*".

La *comunicazione teatrale* è un veicolo potente di trasmissione di *idee*, ma soprattutto di *emozioni* e permette di manifestare nella finzione scenica contenuti difficilmente esprimibili.

In più il giovane che si avvicina al mondo delle tecniche teatrali e circensi, acquisisce una maggiore *sicurezza di sé* nel rapportarsi agli altri ed ha occasione di sperimentare nuove e differenti *immagini del proprio io*, aiutandolo in quella difficile ricerca del *progetto di sé* che, nel periodo compreso tra la pubertà e l'adolescenza, ha notevole importanza nella costruzione della propria *personalità*.

Dall'*abilità circense*, con insiti i suoi contenuti di "*gioco*", al **desiderio di fare** il passaggio è abbastanza agevole se correttamente guidato dai nostri esperti che sapranno far **sperimentare** ai partecipanti il "*piacere motorio*" dal punto di vista emozionale ed il "*gusto della riuscita*".

Il laboratorio affronta le tecniche di allenamento per appropriarsi gradualmente delle tecniche circensi di base e prevede un lavoro sul riscaldamento indispensabile all'acrobata: esercizi di "presa di contatto" con il suolo, di equilibrio, di scioltezza articolare.

Giochi di equilibrio in forma collettiva- Giochi di sviluppo di "piramidi" - Giocoleria con palline e devil stick - Rolla Bolla ed equilibrio - Trapezio fisso - Corda spagnola - Clownerie...

In più le tecniche didattiche adottate dai docenti sono rivolte anche ad una **spinta aggregativa e di socializzazione** tra i partecipanti al laboratorio, e l'effetto di "**aggregazione sociale**" ne risulta amplificato.

Con questa metodologia si vuole portare il giovane al "**desiderio di fare**" come motivazione fondamentale per la costruzione di uno "**stile di vita attivo e personale**".

Caratteristiche tecniche del progetto

TeatrAzione Teatro - Animazione - Spettacolo - scuola di circo teatro

Sede operativa v. Rismondo 39 - 10127 TORINO - tel +39 011 5889562 tel/fax +39 178 2730363 <http://www.teatrazione.com> - E-mail:

teatrazione@teatrazione.com

Il laboratorio, da svolgersi in orario extrascolastico, prevede 6 incontri per classe, con cadenza settimanale, di 2 ore ciascuno per un totale di **12 ore complessive**; si svolgerà in una palestra interna alla scuola che provvederemo per il periodo di dotare di alcuni attrezzi circensi. Sarà inoltre necessaria almeno una presa di corrente all'interno del locale e un lettore CD e cassetta. L'attività si concluderà con una performance artistica sul tema sviluppato da rappresentare alle altre classi e/o genitori, ovvero in altro contesto da concordare

Le attività descritte sono modificabili a seconda delle esigenze della scuola richiedente. Naturalmente siamo in grado di offrire altre tipologie di intervento teatrale e formativo.

Per Informazioni e Contatti:

prof. Italo Fazio

011 5889562 335 6675326

Sicuri dell'interesse delle nostre proposte attendiamo fiduciosi un Vostro riscontro per meglio definire le Vostre e le nostre esigenze.

Distinti saluti.

Il Direttore Artistico e Pedagogico
(prof. Italo Fazio)

