



INTERPRETARE LE EMOZIONI ATTRAVERSO LA TECNICA TEATRALE

Io e te allo specchio

SCOPO

- Tramite alcuni semplici esercizi di tecnica teatrale, riuscire a identificare le emozioni altrui e sperimentare la comunicazione non verbale

TRAGUARDI DI APPRENDIMENTO

- Comprendere il concetto di prendersi cura di sé e della comunità
- Comunicare attraverso diversi linguaggi

ABILITÀ

- Utilizzare il lessico relativo alle emozioni
- Saper riferire la propria esperienza a determinate sfere emotive e prendere consapevolezza delle emozioni proprie e altrui
- Comunicare le emozioni attraverso diversi media e linguaggi
- Sviluppare empatia

CONOSCENZE

- Conoscere il lessico riferito alle emozioni
- Conoscere diverse forme di linguaggio verbale e non verbale
- Conoscere diverse tecniche espressive

TEMPISTICHE

Laboratorio di 55 minuti circa, così suddivisi:

- **10 minuti:** suddivisione della classe in coppie e spiegazione degli esercizi
- **30 minuti:** esecuzione degli esercizi (5 minuti ciascuno)
- **10/15 minuti:** condivisione finale dell'esperienza

MATERIALI FORNITI

- Scheda fotocopiabile/stampabile: “Esercizi di teatro a due”
- Scheda per l'insegnante “Domande-stimolo”



ISTRUZIONI

NB: l'attività può essere svolta in classe oppure in palestra, o anche all'aperto.

1. L'insegnante divide la classe in **coppie**.
2. Ciascuna coppia riceve una fotocopia della **scheda "Esercizi di teatro a due"** con la spiegazione degli esercizi.
3. La spiegazione viene letta a voce alta in classe per chiarire eventuali dubbi.
4. Ciascuna coppia, in autonomia, esegue i sei esercizi. L'insegnante cronometra la tempistica (**5 minuti per ciascun esercizio**).
5. Alla fine, la classe si riunisce per un **confronto finale** sull'esperienza. L'insegnante guida la discussione con la scheda delle **domande-stimolo**.
6. Si possono riportare impressioni ed emozioni provate su un cartellone.



SCHEMA

Esercizi di teatro a due**1. SPECCHIO**

Mettetevi uno di fronte all'altro. Ciascuno di voi si muove come se fosse davanti a uno specchio e l'altro deve reagire come se fosse l'immagine riflessa.

2. PROVA DI FIDUCIA

Alzate la mano destra e premete il polpastrello del dito indice contro quello del compagno o della compagna. Mantenendo sempre il contatto, un compagno chiude gli occhi e l'altro deve far muovere la mano nello spazio come vuole. Il compagno/la compagna con gli occhi chiusi deve cercare di non aprirli mai ed entrambi dovete mantenere sempre le dita a contatto. Poi scambiatevi i ruoli.

3. IL BOSCO

Sedetevi uno di fronte all'altro. Dovete riprodurre, ma solo con i suoni, quindi usando la voce oppure le mani e i piedi, i rumori di un bosco. Ascoltate attentamente sia il compagno/la compagna sia quello che succede intorno a voi. Ogni tanto potete stare zitti per sentire l'effetto complessivo di ciò che avviene in classe.

4. EMOZIONI SUSSURRATE

Sedetevi spalla a spalla e chiudete gli occhi. Uno di voi sussurra all'orecchio dell'altro il nome di un'emozione. L'altro risponde raccontando sottovoce qualcosa che gli o le suscita quell'emozione. Poi propone un'emozione a sua volta e il compagno/la compagna risponde. Dovete sempre tenere gli occhi chiusi e tenere un tono di voce sussurrato.

5. MIMO DELLE EMOZIONI

A turno, uno di fronte all'altro, uno mima l'espressione facciale relativa a una particolare emozione e l'altro deve indovinarla.

6. IO REGGO TE, TU REGGI ME

Sedetevi per terra schiena a schiena. Premendo forte con la schiena contro quella del compagno, provate ad alzarvi in piedi senza aiutarvi con le mani. Poi ripetete l'esercizio cambiando posizione: spalla destra contro spalla destra, oppure spalla sinistra contro spalla destra, oppure fronte contro fronte. Scoprirete che non è facile come sembra e che bisogna fidarsi del compagno/della compagna, dosare la propria forza e bilanciarla con quella del compagno/della compagna.



CONFRONTO FINALE

Domande-stimolo

ISTRUZIONI

NB: l'attività può essere svolta in classe oppure in palestra, o anche all'aperto.

1. Quale esercizio vi è piaciuto di più? Perché?
2. Quale vi è piaciuto di meno? Perché?
3. Ci sono state delle cose che vi hanno sorpreso?
4. Quale esercizio vi ha messo più in difficoltà? Perché?
5. Provate a descrivere questa esperienza con una parola. Quale avete scelto?
6. Vorreste ripetere questa esperienza?
7. Dopo questa esperienza, vi sembra che qualcosa sia cambiato nel vostro modo di rapportarvi con il compagno o la compagna?

