

Teatro ed espressione corporea per bambini e ragazzi (dai 6 ai 14 anni)

_A scuola di spontaneità nelle regole

Docente: Federica Sansevero

Il teatro è uno stile di pensiero e un metodo di lavoro che va al di là della produzione di uno spettacolo, anche se lo scambio emozionale con il pubblico fa indubbiamente parte del percorso.

In un laboratorio teatrale si fanno degli esercizi di coordinazione corpo-voce basati sulla consapevolezza del respiro e degli organi interni che sostengono la colonna d'aria e permettono l'emissione vocale. Tutti gli esercizi proposti sono basati sulla connessione tra pensiero, emozione e corpo, per cui respirare significa anche immaginare, connettersi coi cinque sensi e avere cose da dire, in modo che, in un contesto disciplinato ma apparentemente libero, venga stimolata la creatività a trecentosessanta gradi, oltre ad ottenere un maggior benessere psicofisico e una maggior consapevolezza dello schema corporeo.

Quindi vengono proposti anche esercizi per l'allungamento muscolare e la duttilità della colonna vertebrale, esercizi per lo sviluppo dell'immaginazione, esercizi per l'ascolto del ritmo e del gruppo di lavoro, il cui fine non è mai una prestazione atletica e vocale, ma bensì **acquisire la plasticità emozionale, fisica e mentale necessaria a saper prendere molte forme, e ad attraversare molti linguaggi che è la specificità del lavoro d'attore**, oltre al saper trovare connessioni tra le differenti modalità espressive (la voce, il mimo, la danza, il canto, la parola).

Il risultato di questo lavoro sono "grazia e spontaneità", frutto di esercizio e disciplina anche nei bambini anch'essi paradossalmente soggetti a blocchi e a condizionamenti. La semplicità è sempre la cosa più difficile da ottenere e significa libertà di pensiero, di emozione e di movimento.

In questo corso, salvo eccezioni, ci scriviamo anche i testi che si va a mettere in scena a partire dalle improvvisazioni dei giovani partecipanti.

In genere si crea un gruppo unico misto per età. Se il numero di iscritti lo permette si può pensare alla formazione di due gruppi (elementari e scuola secondaria).

La lezione dura un'ora e venti. Nel mese di maggio le prove si intensificano.

Richiesti abbigliamento sportivo e sana e robusta costituzione.