

MOVIMENTO/DANZA CREATIVA - DANZA CONTEMPORANEA

Insegnante: M° Valentina D'Alessi

Descrizione

Si tratta di un primissimo approccio allo studio della danza, o meglio del movimento, e rappresenta proprio l'inizio di un percorso formativo che arricchisce sia da un punto di vista fisico che emotivo. Il corpo e la creatività dei bambini vengono stimolati e preparati per avere la possibilità di affrontare nel modo migliore possibile il futuro studio della tecnica, favorendo nel contempo lo sviluppo psico-fisico, all'interno di un ambiente consono, che faccia sentire i bambini a loro agio, adottando strumenti e proposte che rispettino la loro tenera età.

A chi è rivolto?

I percorsi di **Movimento Creativo** e **Danza Creativa** sono rivolti davvero a tutti i bambini, anche a coloro che per un motivo o per un altro non proseguiranno lo studio della danza. Obiettivo primario è infatti lo sviluppo della persona nella sua globalità; il bambino è un bambino, non è un piccolo adulto o un ballerino in miniatura. Per questo, la pura e semplice imitazione esteriore di un modello, che non permette agli allievi di interiorizzare, di avere una consapevolezza più profonda, non ha per noi alcun senso.

Come è strutturato il percorso didattico?

La Danza Creativa per i bambini prevede due percorsi didattici propedeutici alla Danza Contemporanea, ciascuno con una sua specifica articolazione:

- **Movimento Creativo**
 - destinato a bambini di 3/4 anni da soli
 - destinato a bambini di 3/4 anni con i genitori
- **Danza Creativa**
 - 1° Livello, destinato a bambini dai 4 ai 6 anni d'età
 - 2° Livello, destinato a bambini dai 7 ai 9 anni d'età

Come è strutturata la lezione?

La lezione comincia con un rituale di accoglienza, seguito da un'esplorazione dello spazio prima

e degli esercizi più strutturati poi. Al termine un'ulteriore esplorazione creativa (e/o composizione per i più grandi) in tema con gli obiettivi della lezione e un rituale di chiusura.

Qual è il valore formativo di questa esperienza?

In questa fascia d'età assume particolare importanza l'aspetto ludico in quanto alleato principale dell'apprendimento. Inoltre i bambini sono curiosi, sensibili e percettivi di natura, per cui, l'esperienza del fare, se le proposte sono adeguate e creative, permette loro di esplorare e sperimentare, scoprendo e imparando consapevolmente. Si parla di gioco, sì, ma di un gioco danzato, differente da quello della quotidianità: mira a degli obiettivi ben precisi nonché allo sviluppo della conoscenza e coscienza del proprio corpo e delle sue possibilità di movimento, in uno spazio, **in un tempo, nella dinamica e nella relazione**, unitariamente allo sviluppo del potenziale espressivo ed artistico. Il bambino, pur giocando, viene introdotto ad un percorso chiaro e definito: viene infatti preparato **a priori un programma** senza il quale non potremmo raggiungere le finalità previste, rispettando naturalmente l'unicità dei singoli gruppi.

“Riservo una passione e cura speciale per gli allievi di tenera età, semplicemente perché penso sia da qui che tutto comincia, parlando di danza ma anche nella vita. Spero di poter lasciare qualcosa d'importante ai piccoli allievi, magari più propositività, autostima e sicurezza; sempre nella disciplina e nel rispetto. Un buon lavoro sul corpo può portarli ad un benessere psico-fisico e, di conseguenza, ad una migliore capacità di costruire relazioni. Questo è estremamente importante per i bambini di oggi che vivono in una società in cui gli stimoli esterni sono sempre più legati a schemi, abitudini, stereotipi, all'apparire, in cui apprendono inconsciamente modelli standard di appartenenza e via dicendo” (Valentina D'Alessi).

Danza Contemporanea - destinato a e ragazzi e adolescenti a partire dai 9 anni di età.

Presentazione

La danza contemporanea è una disciplina in costante evoluzione, continuamente alla ricerca di nuove espressioni corporee ed espressive. Lo studio della stessa comincia dai 9/10 anni, età consona per introdurre anche elementi di tecnica più consistenti. Non per questo viene abbandonata la ricerca creativa che anzi ricopre un ruolo a dir poco fondamentale nella danza contemporanea.

Struttura del Corso

Sono previsti 4 livelli in base all'età dei partecipanti:

- 1° Livello “Principianti” - ragazzi dai 9 agli 11 anni d’età.
- 2° Livello “Medi” - ragazzi dagli 11 ai 14 anni d’età.
- 3° Livello “Intermedi”- ragazzi dai 14 ai 17 anni d’età.
- 4° Livello “Avanzati” ragazzi dai 17/18 anni d’età.

N.B. La suddivisione in fasce d’età resta comunque ideale e indicativa; di volta in volta sarà presa in considerazione la realtà dell’allievo, la sua esperienza, le sue attitudini, i suoi obiettivi.

Finalità

Tra le competenze da raggiungere, primaria è la consapevolezza del corpo e delle sue possibilità di movimento, in un tempo, in uno spazio e nella relazione. Non trascurabile infatti, oltre alla conoscenza e alla preparazione fisica/corporea, un lavoro curato di dinamica, musicalità, spazio, improvvisazione e composizione. La danza contemporanea inoltre, si caratterizza per la particolare importanza che dà allo sviluppo della relazionalità con se stessi e con gli altri: si cerca di dare degli stimoli al fine di percepire le proprie sensazioni sia fisiche che emozionali e poter dar loro vita attraverso il movimento, si ricerca la capacità di essere autonomi e nel contempo in ascolto di chi e di ciò che ci sta attorno. Anche in questa sede, viene definito a priori un programma dettagliato, consoni all’età e all’esperienza degli allievi, consapevole degli elementi da acquisire nell’arco di un anno o anche più specificatamente in una singola lezione.

Struttura della lezione

La struttura della lezione prevede, generalmente, il riscaldamento (che comprende un primo esercizio finalizzato alla “messa in moto” del corpo nonché un primo momento di percezione e consapevolezza; seguono esercizi di tecnica e una parte di potenziamento/allungamento), varie andature o sequenze nello spazio ed infine l’esplorazione creativa e/o composizione. Nell’arco dell’anno, saranno dedicate alcune lezioni a laboratori creativi ed improvvisazione guidata: sono esperienze che hanno bisogno di tempi non troppo limitati per essere sviluppate e sfruttate al meglio. La danza contemporanea che insegna Valentina D’Alessi è libera e personale, va cioè al di là di passi codificati e rigidi schemi di movimento. Grazie alla varietà delle forme di studio della stessa; chiunque lo desideri può avvicinarsi alla pratica di questa disciplina. Sarà compito della docente dare più o meno importanza alla parte tecnica e/o fisica, nel rispetto dei singoli gruppi, considerando età, livello, preparazione fisica ed artistica, necessità e desideri.