

# L'ESPRESSIVITÀ DEL CORPO



## VIVERE IL NOSTRO CORPO IN UNA BOLLA DI SAPONE

Organizzato dalla Scuola di Pace e Condotta da Agnese Violetta

il 26, 27 e 28 Ottobre a Roma

*Il corpo è l'uomo che si esteriorizza,  
è ciò che mi collega agli altri e al mondo,  
ciò attraverso cui io mi esprimo e prendo coscienza di me stesso.*

**La clownerie** è una forma di teatro centrata sull'essenzialità del gesto e dell'espressività corporea, nella quale il corpo diventa strumento comunicativo per eccellenza.

Non è difficile intuire come oggi il nostro corpo sia represso, irrigidito, strumentalizzato, in questa nostra società tecnologica e strumentalizzata.

Tutti ci rendiamo conto che il nostro corpo non è più in grado di scegliersi uno spazio proprio, il suo naturale modo di essere, perché ogni cosa ci viene imposta, con precisione e metodicità, dalla moda del momento, dall'abitudine, dalle convenzioni sociali ...

In tutto ciò abbiamo completamente perso la coscienza di quello che è il corpo umano e il dinamismo che ci sta dentro ...

**Prendere coscienza del proprio corpo** è il lavoro preliminare per conoscere noi stessi, per vivere in armonia e con Gioia!

Dobbiamo portare il nostro corpo a sentirsi, a riconoscersi in uno spazio naturale, e il miglior modo per prendere questa coscienza è **Vivere il nostro corpo**.

**Il clown** con la poesia del suo corpo che racconta, narra, salta, danza, corre e dona gioia è una figura che si presta moltissimo ad un lavoro educativo con bambini, ragazzi, giovani, adulti e non adulti: permette di far emergere il proprio modo di relazionarsi con sé e con gli altri, aiuta a trovare canali di espressione prima inesplorati, consente di scoprire e sperimentare il proprio corpo svelando nuove incredibili potenzialità, favorisce lo sviluppo della personalità, della socializzazione, della conoscenza di sé ...

## FASI

1. **Scoperta del proprio corpo**, delle sue possibilità di espressione e di comunicazione;
2. **Esercizi su espressività**, fiducia, socializzazione, mettersi in gioco, immaginazione e senso dello spazio;
3. **Il corpo e gli oggetti**, utilizzo creativo e proprio;
4. **Tecniche di base** di clownerie;
4. **Studio e ricerca del proprio personaggio**, clown, trucco e abbigliamento;
5. **Studio e realizzazione di gag** della tradizione circense;
6. Eventuale **preparazione di uno Spettacolo**.

## ETA':

Da **0 a 200 anni**;

## PARTECIPANTI:

Gruppo di **massimo 15 persone**;

## QUANDO E DOVE:

**26/27/28 Ottobre 2010 dalle 16.00 alle 19.00 circa**

Presso "La Fattoriotta" Vicolo del Gelsomino, 68 (Gregorio VII) Roma

## NECESSARIA PRENOTAZIONE

Chiamare Agnese Violetta al n° **3272451100** o alla mail: [agnese84sole@libero.it](mailto:agnese84sole@libero.it)

## Obiettivi educativi

### Lavoro su di sé:

- consapevolezza del proprio corpo, delle potenzialità dei limiti e delle proprie peculiarità;
- superamento dei limiti psicologici derivati da insicurezze adolescenziali o clichè;
- raggiungimento di un buon livello e di una buona qualità di espressività individuale.

### Lavoro con gli altri:

- Creazione e accettazione del gruppo in tutte le sue componenti
- Apertura e disponibilità all'interazione, verso un sereno dialogo del proprio corpo con quello degli altri
- Superamento di insicurezze e pregiudizi
- Raggiungimento di un buon livello di espressività di gruppo (attraverso esercizi in coppia, piccolo gruppo o grande gruppo, improvvisazioni collettive a partire da stimoli esterni, etc.)
- Ricerca della precisione del corpo

### Articolazione:

Il laboratorio è indicativamente suddiviso in moduli successivi, specialmente nella fase iniziale di lavoro:

1. Ci si presenta, si parla di sé e si inizia a conoscere gli altri.
2. Primi esercizi/gioco il cui scopo è soprattutto quello di iniziare a rompere le barriere interpersonali, fino a giungere alla creazione e all'affiatamento del gruppo di lavoro.
3. Esercizi di conoscenza del proprio corpo e della propria voce, e del corpo degli altri.

4. Uso espressivo del proprio corpo e della propria voce.
5. Composizioni di vari elementi allo scopo di sperimentare come mettendo insieme due persone o un gesto ed una canzone può nascere qualcosa di unico.
6. Improvvisazione con determinati strumenti o materiali disponibili (musica, oggetti, spazio..).