

Il corpo racconta

Giochiamo a trasformarci e interpretare personaggi, permettendo ai bambini di esprimersi e comunicare attraverso il linguaggio del corpo.

 di Helga Dentale  3 minuti di lettura 06 settembre 2021

Per i più piccoli: *il bruchetto e la farfalla*

Proponiamo una fiaba corporea che permette ai bambini di sperimentare il movimento.

CHE COSA SERVE

Stoffa leggera e colorata, musica.

COME SI FA

- Nel cerchio delle storie, raccontiamo ai bambini la fiaba di un bruco che si trasforma in farfalla [[Ughetto il bruchetto](#) (Dentale, H. (2012). *Io racconto... tu ascolti... insieme giochiamo!*. Edizioni Youcanprint)].
- Sollecitiamo l'ascolto e la curiosità dei bambini, soprattutto rispetto alle due tipologie di movimento del bruco e della farfalla: strisciare e volare.

1. Interpretiamo con i bambini i personaggi della storia. Giochiamo con il corpo: trasformiamoci in bruchi e strisciamo sul pavimento, restando quasi sul posto, il movimento è lento, c'è un'energia trattenuta.
2. È arrivato il momento di trasformarci: mettiamo un sottofondo musicale ([classico](#) o [new age](#)) e alziamoci lentamente, stiamo diventando farfalle.
3. Offriamo ai bambini la stoffa colorata, come supporto per danzare. Stimoliamo a sperimentare un movimento fluido.
4. Torniamo nel cerchio delle storie, senza interrompere la narrazione corporea: "Le farfalle decisero di tornare nel cerchio e di sedersi al proprio posto".
5. Ripensiamo all'esperienza e disegniamola.



Per i più piccoli: *mani e piedi per raccontare*

Esploriamo con i bambini le mani e i piedi in un'esperienza teatrale ricca di valenze educative: coordinazione dei movimenti, autoconsapevolezza del sé corporeo.

COME SI FA

- Nel cerchio delle storie, diciamo che giocheremo con una mano e con un piede e mostriamoli ai bambini. Saranno i personaggi di un racconto: Caterina e Giacomone [Dentale, H. (2016). [Caterina e Giacomone](#). Edizioni Youcanprint)].
1. Interpretiamo la mano Caterina che canta con una vocina acuta e il piedone Giacomone che ha il raffreddore e starnutisce con un vocione grave.
 2. "Continuiamo a giocare con le mani, quante cose possiamo fare?". Iniziamo a mimare azioni utilizzando solo le mani: impastiamo, suoniamo il pianoforte, accarezziamo un

cucciolo... Permettiamo ai bambini di dedicarsi a ogni gesto, senza fretta.

3. Ora giochiamo con i nostri piedi e sperimentiamo diversi modi di camminare: con ritmo veloce oppure lento, con passi molto grandi, immaginando la sabbia che scotta...
 4. Realizziamo con i bambini un cartellone con le impronte delle mani e dei piedi fatte con le tempere.
- Per approfondire è disponibile un laboratorio espressivo per bambini: [Nel Regno delle Mani e dei Piedi.](#)



Per i più grandi: il gioco delle forme

Stimoliamo i bambini a utilizzare il corpo in modo espressivo e creativo.



COME SI FA

- Avvertiamo che stiamo per giocare con il nostro corpo. Muoviamoci nello spazio e ascoltiamo le consegne. Diciamo ai bambini che la nostra voce sarà magica: avrà il potere di trasformare il nostro corpo in “forme” molto particolari.
- 1. Scandiamo l'attività con un piccolo strumento a percussione o con le mani, quando le battiamo i bambini si fermano e noi diamo la consegna: “Forma appuntita!”.
- 2. I bambini interpretano la forma suggerita con il corpo: in questo caso tenderanno a creare una punta, probabilmente utilizzando le mani. Lasciamoli qualche istante in questa posizione, permettiamo loro di ascoltare il corpo e di mantenere la concentrazione.
- 3. Riprendiamo a camminare e proseguiamo con altre proposte: forma rotonda, allungata, minuscola, gigantesca, sottile... in questo modo esploriamo il movimento e il corpo.
- Parliamo con i bambini, soffermiamoci sulle sensazioni provate e trasformiamo l'esperienza corporea in narrazione: “Eravamo minuscoli come folletti... rotondi come sassi... sottili come capelli...”.
- Trasferiamo l'esperienza nell'attività grafica: disegniamo le varie forme interpretate.