

Ass. onlus



"LAES - l'arte è salute"

PROGETTO DI MUSIC-ARTERAPIA

Corpo, voce, movimento per crescere in armonia e consapevolezza

Il progetto in questione pone l'attenzione alle dinamiche psico-motorie ed emotivo-relazionali dei bambini, utilizzando come canale comunicativo i linguaggi non verbali. Tale tipo di approccio favorisce l'espressione individuale ed allargando la gamma espressiva del bambino ne supporta le caratteristiche stilistiche soggettive. Attraverso l'esplorazione creativa del gesto, del suono, della voce viene facilitata l'interazione nel gruppo in modo che ogni incontro favorisca una positiva esperienza vitale, attraverso la scoperta del corpo, della voce, dello spazio, dei ritmi, stimolando l'interazione e la pacifica convivenza con il gruppo classe.

FINALITA'

I linguaggi non verbali sono all'origine di ogni relazione: attraverso il movimento, la voce, i gesti, lo sguardo la persona si organizza nello spazio e nel tempo e acquisisce sicurezza in sé e nella propria autonomia.

Il corpo viene usato come strumento di conoscenza, comunicazione e socializzazione.

Alla base del progetto possono risiedere anche finalità più specifiche quali:

- necessità di sviluppare una forte motivazione all'apprendimento utilizzando le potenzialità cognitive del gioco e dell'interazione psicocorporea;
- necessità di creare un clima accogliente con particolare attenzione nei confronti degli aspetti relazionali per prevenire fenomeni di disagio scolastico;
- necessità di sostenere e contenere eventuali situazioni a rischio: difficoltà cognitive, esigenze emotive, richieste affettive.

OBIETTIVI

I bambini, prima di entrare nelle dinamiche tecniche (esercizi psico-motori, piccoli canti e filastrocche, uso di strumenti ritmici) hanno bisogno di vivere liberamente la corporeità esplorando, analizzando e inventando. Questo avverrà attraverso la sperimentazione degli elementi base quali l'azione nello spazio, le dinamiche relazionali e l'ascolto di sé e dell'altro.

Il principale obiettivo che si intende perseguire è la possibilità che *ogni bambino possa esprimere le proprie emozioni per arricchire la sua personalità e favorire la consapevolezza e la sicurezza di sé.*

Ne consegue che l'obiettivo comune per tutti i bambini è la strutturazione dello schema corporeo, la percezione di sé e la consapevolezza delle proprie potenzialità e dei propri limiti che si raggiunge

attraverso tutte quelle sensazioni sensitive e cinetiche che arricchiscono il bagaglio conoscitivo del bambino in relazione al proprio corpo, ai suoi movimenti, alla sua ubicazione spaziale ed al rapporto con gli altri bambini.

Nello specifico si perseguiranno i seguenti obiettivi:

- ✓ Attivazione di un processo di crescita che conduce il bambino a **sapere-conoscere sempre sentendo e facendo**. Un "fare" compenetrato dal pensare, dal partecipare fisico ed emotivo-sensoriale.
- ✓ Attivazione di un processo di crescita che equilibri lo sviluppo del bambino nella sua **unità di corpo, psiche in continuo dialogo interno ed esterno**.
- ✓ Creare interazioni io-tu-noi verso una **direzione complementare e cooperativa del vivere insieme**.
- ✓ **Affinare la percezione del mondo** attraverso i sensi fisici, il senso delle cose e il senso artistico.
- ✓ Dare forma alla **creatività individuale attraverso l'esperienza corporea** che diviene atto di volontà.
- ✓ **Sviluppo armonioso del movimento** in relazione al corpo, al ritmo e allo spazio.
- ✓ Stimolazione dell'attività corporea: **scoperta delle diverse parti del corpo** e delle loro specifiche qualità in relazione alla consapevolezza dello stesso corpo come intero.

PERCORSO LABORATORIALE

Il clima sereno nel quale si compie l'esperienza di music-arterapia, permette al bambino, di raggiungere senza inibizioni, una nuova consapevolezza del proprio corpo e di conseguenza una maggiore sicurezza di sé.

L'obiettivo principale è attivare un processo di crescita e armonizzazione dell'essere umano nella sua totalità

L'esperienza creativa attraverso il suono, il movimento, la voce e il ritmo porta il bambino a confrontarsi con concetti come **peso, energia, spazio, tempo**, a dare importanza al **campo visivo e all'ambiente acustico**, a migliorare le capacità di **concentrazione** e l'equilibrio grazie al lavoro sull'allineamento e sul centro di gravità. Anche l'apprendimento di piccole coreografie e canti è importante perché incrementa la sua **capacità di memorizzazione**.

CONTENUTI

Le proposte di movimento, ritmo e musica permettono al bambino di fare esperienza di sé, del mondo, attraverso il proprio corpo. Il bambino è stimolato alla scoperta, all'ascolto, alla curiosità e a dare forma alla propria creatività. **Muoversi, cantare e suonare insieme permette di incontrare se stessi e gli altri in un linguaggio universale che abbraccia con gioia l'espressione ed i talenti di ciascuno verso una direzione complementare e cooperativa del vivere insieme che sostituisca l'attuale stile competitivo.**

Parallelamente nelle lezioni si introducono:

- Esercizi idonei alla preparazione del bambino all'incontro come: risveglio corporeo, attività di propriocezione e di attivazione.
- Giochi di immaginazione e fantasia e nel pieno rispetto del proprio sviluppo psico - fisico, infatti, il bambino viene condotto alla conoscenza del corpo e delle sue possibilità motorie ed espressive, alla conoscenza **dello Spazio, del Tempo, della Forma**, ecc.
- Dinamiche musicali di coppia e di gruppo tali a suscitare ulteriori **stimoli creativi**. L'approccio al movimento sarà in tal modo spontaneo e naturale e, nello stesso tempo, il bambino viene educato, non

solo al movimento, ma alla conoscenza di sé, acquisendo in tal modo la consapevolezza ed il controllo delle proprie **espressioni emotive e comportamentali**.

- Educare il bambino al movimento, alla coscienza di sé e alla conoscenza del corpo, in modo che possa acquisire capacità di controllo delle proprie espressioni emotive e comportamentali e migliorare le **capacità cognitive**.
- Movimento, respiro, musica: uso del corpo come strumento globale di percezione, espressione, creatività e gioia.
- Ascolto del proprio corpo: le connessioni corporee, spazio interno e spazio esterno, esercizi di coordinazione e di proprioccezione (ascolto di se e dell'altro)
- Scoperta dell'altro: il mio spazio/lo spazio comune
- Relazione con l'altro: scoprire meccanismi alternativi di comunicazione (con il mimo, con il silenzio, con lo sguardo)
- Creazione di un ambiente protetto in cui esplorare l'esperienza motoria e scoprire le diverse qualità e possibilità di movimento.

FASI DEL LAVORO

Durante la lezione l'esperto struttura gradatamente gli spazi, definisce una sequenza di attività ed una logica temporale. Il bambino che partecipa alla lezione si sente rassicurato nel ritrovare spazi, luoghi, tempi e materiali a lui noti, da dove ripartire nel percorso di gioco ed apprendimento, evolvendo anche da un punto di vista cognitivo. Attraverso lo spazio, l'esperto accoglie e risponde alle richieste profonde del bambino, favorendone i processi creativi e la formazione del pensiero.

Tenendo conto che le attività sono qualcosa di unico e diverso per ogni incontro, si possono comunque distinguere rituali, regole e tempi definiti:

- **Momento iniziale** in cui i bambini sono raccolti in cerchio, viene loro annunciato il tema dell'incontro e ricordate le regole (legate soprattutto al rispetto degli altri, di se stessi e del luogo); fase di riscaldamento e risveglio delle attività percettive e sensoriali;
- **Sviluppo del tema**, con esperienza attiva e dinamiche psico-relazionali (singolarmente, in coppie, in piccoli gruppi, nel grande gruppo) per la conoscenza del corpo e delle sue possibilità espressive;
- **Momento conclusivo** in cui si fa sintesi dei contenuti appresi scegliendo di volta in volta o il confronto verbale o la rappresentazione grafica, al fine di tradurre la propria emotività in linguaggi diversi e più accessibili: un graduale passaggio all'astrazione e alla simbolizzazione. .

In questa cornice tutti gli aspetti del movimento vengono sviluppati, con l'ausilio della musica e del suono, ma talvolta anche danzando sul silenzio: si impara a conoscere il proprio corpo e le sue parti, il tempo e lo spazio, il movimento al suolo e quello nell'aria, il macromovimento e il micromovimento, la forza e la leggerezza.

METODOLOGIA

L'approccio è di tipo esperienziale, teso allo sviluppo interiore ed emotivo del bambino attraverso la consapevolezza di ciò che fa e agisce, stimolando un equilibrio tra la sfera cognitiva e quella emotivo-comportamentale.

L'esperto ricerca con il bambino un **rapporto di interazione** che lo porti a raggiungere **competenze sempre più sviluppate ed articolate**; le lezioni sono momenti di **incontro e di crescita creativa**.

Iniziare un percorso di questo tipo ha sicuramente grande importanza per un bambino, che si trova nella fase della vita in cui i cambiamenti e la crescita sono molto rapidi. Le esperienze proposte evolvono da quelle più semplici, dirette, concrete per i bimbi più piccoli di soli 6/7 anni a quelle più articolate, rigorose e mature per i più grandi, adattandosi allo sviluppo psicomotorio dei partecipanti.

Si intende rispettare e mantenere vivo il linguaggio corporeo individuale con il massimo della sua 'naturalità' e 'spontaneità', soprattutto per i bimbi più piccoli ma non solo.

Verranno rispettati i tempi dei bambini, sia relazionali che cognitivi, senza fare pressioni di alcun tipo. Gli errori del bambino verranno accettati e trasformati in nuove possibilità di crescita.

Non ci si aspetta che le scoperte vengano subito consolidate ma si resta in ascolto tempo necessario di apprendimento.

STRUMENTI E MEZZI

Verranno utilizzati tutti i materiali disponibili nella scuola ed altri messi a disposizione dall'Associazione:

- stereo
- fogli di carta, colori, pastelli
- stoffe, foulard, nastri, elastici
- musiche, basi ritmiche, strumenti ritmici

TEMPI DI ATTUAZIONE

Un incontro settimanale di 1 ora.

COSTI

Il costo è di euro 35.00 all'ora esente da iva.

Responsabile del progetto

Simona Totaro