

Contare e saltare insieme



A CURA DI

La Xixa Teatre



DURATA

15 minuti



MOMENTO FORMATIVO IN CUI SI INSERISCE

L'ATTIVITÀ

Inizio, in preparazione delle attività di *clownerie*



PARTECIPANTI

Fra i 10 e 20 partecipanti



OCCORRENTE

Abbastanza spazio da accogliere il gruppo.



OBIETTIVI

- Promuovere una maggiore coesione all'interno del gruppo
- Stimolare l'attenzione all'interno del gruppo
- Utilizzare il corpo e la voce come elementi di connessione per il gruppo



DESCRIZIONE DETTAGLIATA

1

-
- Chiedi alle e ai partecipanti di formare un cerchio.
 - Spiega che l'obiettivo del gruppo è quello di contare da 1 a 44 senza ripetere lo stesso numero due volte.
 - Se due (o più) partecipanti dicono un numero allo stesso tempo, il gruppo dovrà ripartire di nuovo da 1.
 - L'esercizio finisce dopo aver terminato la conta.





DESCRIZIONE DETTAGLIATA

2

- Adesso chiedi alle e ai partecipanti di formare un cerchio e di saltare allo stesso ritmo della persona che decide di farlo.
- Ricorda che l'obiettivo non è quello di lavorare sulla capacità di movimento, ma di osservare, percepire le relazioni e condividere l'energia con i membri del gruppo.



3

- Per concludere l'attività poni le seguenti domande:
 - Quali aspetti dell'attività vi sono parsi facili?
 - Avete avuto delle difficoltà?
 - Di quali strategie di è servitor il gruppo per raggiungere l'obiettivo?
 - Quale obiettivo ha raggiunto il gruppo?



VARIAZIONI PER ADATTARE L'ATTIVITÀ ALLE COMPETENZE DEL GRUPPO DI PARTECIPANTI

- Per quanto riguarda la conta, puoi aumentare il coefficient di difficoltà dell'attività chiedendo alle e ai partecipanti di contare ad occhi chiusi, farlo più velocemente oppure di camminare mentre lo fanno.
- Se non riescono a raggiungere l'obiettivo dell'attività, di' al gruppo che può sempre ricominciare da capo. Si tratta di un processo e non c'è nulla di male, al massimo di può cercare di ridurre il numero.
- La parte dedicata ai salti può essere sostituita con il camminare.



Il sostegno della Commissione europea alla produzione di questa pubblicazione non costituisce un'approvazione del contenuto, che riflette esclusivamente il punto di vista degli autori, e la Commissione non può essere ritenuta responsabile per l'uso che può essere fatto delle informazioni ivi contenute.



Co-funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union

VOICE – Voice and Body of Adult Educators
Convenzione di sovvenzione n.2020-1-FR01-KA227-ADU-095264