

LA MAQIA DELLA VOCE

*veicolare emozioni,
creare momenti unici e di vicinanza*

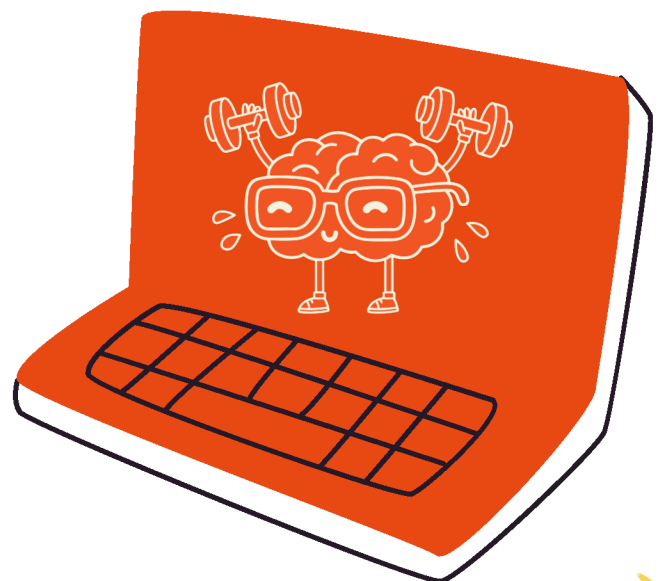
DESTINATARI *Insegnanti & Genitori*

METODOLOGIA

Percorso **vocale-sensoriale**: warm-up corporeo, tecniche di appoggio diaframmatico, giochi di eco e call-&-response, lettura performativa di brevi testi, circle-song finale.

Ogni blocco segue il ciclo

"SENTO-PROVO-RIFLETTO-TRASFERISCO".



COACH: *Lella Agresti*



MUSCOLI (COMPETENZE ALLENATE)

- Consapevolezza e cura dello strumento-voce (respirazione, risonanza, ritmo)
- Espressività prosodica: volume, pause, tempo, colore emotivo
- Ascolto profondo di sé e dell'altro, sintonizzazione affettiva
- Tecniche di narrazione e lettura ad alta voce coinvolgente
- Gestione dell'aula/famiglia tramite indicazioni vocali chiare e rassicuranti

BENEFICI

La voce è il primo ponte di vicinanza: modulandola con intenzione si trasmettono sicurezza, curiosità, calma. Il laboratorio offre esercizi pratici per veicolare emozioni, creare rituali sonori, trasformare momenti quotidiani (ingresso in classe, buonanotte, spiegazione) in occasioni uniche di connessione con bambini e alunni.

SPAZIO

Aula ampia o sala musica: cerchio di sedie, zona movimento, angolo "registrazione" con microfono.

MATERIALI

Palline morbide per respirazione, diapason o campanella, testi brevi (albo, poesia, filastrocca), registratore/telefono, scheda personale "mappa vocale".

«Respiro, vibro, racconto: la mia voce ti raggiunge e ci avvicina.»

1. ACCOGLIENZA SONORA

silenzio condiviso, poi campanella: si sente, si respira, si nomina un'emozione.

2. ANATOMIA VIVA

stretching costale, respiro in 3 tempi, "s " prolungata.

3. GIOCHI DI RISONANZA

humming, sirene, scale su sillaba "ma-me-mi".

4. COLORI EMOTIVI

stessa frase letta in 4 emozioni; feedback del gruppo.

5. TECNICHE DI LETTURA IMMERSIVA

accentazione chiave, pause, sguardo; prova su brano scelto.

6. RITUALI SONORI

progettazione di un micro-rituale (es. saluto mattutino, quiet time).

7. CERCHIO VOCALE

improvvisazione a round; chiusura con parola-sussurro che porto a casa.

VARIANTI & INCLUSIONE

- Partecipanti con timidezza: ruolo "direttore delle pause" o lettura corale.
- Fatica vocale: esercizi a bassa intensità e idratazione programmata.
- Formazione online: video-demo + pratica guidata in breakout room.

VALUTAZIONE RAPIDA

- Scheda autopercezione (1-5) su respiro, controllo volume, chiarezza.
- Peer feedback "fiore & seme" dopo la lettura immersiva.
- Impegno scritto: rituale vocale che esplorerò nei prossimi 7 giorni.

COMPITO PONTE – "Cartolina sonora"

Registra (max 60 s) un momento in cui usi la tecnica appresa (favola della buonanotte, istruzione in classe). Carica l'audio sulla piattaforma e annota la reazione dei bambini: diventerà parte dell'album "Voci che avvicinano".