



THE BAND

METODOLOGIA

Approccio **pratico** e **ludico**: esplorazione tattile/sonora degli strumenti, **stazioni di prova** e costruzione graduale dell'ensemble.

Si lavora su **pattern semplici** e sulla **direzione a segnali** (start/stop, forte/piano, assolo) per passare dall'esplorazione individuale al **suonare insieme**.

COACH: Luca "Molla" Giura



PT.1 SCHEDA D'ALLENAMENTO

MUSCOLI (competenze allenate)

- Ascolto reciproco e coordinazione ritmica
- Turn-taking, leadership condivisa e cooperazione
- Autoregolazione (volume/entrate/stop)
- Creatività sonora e scelta consapevole del proprio ruolo

BENEFICI

In un contesto **giocoso**, **“rumoroso”** e **divertente**, i bambini scoprono strumenti, timbri e ruoli di una band. Toccare e provare gli strumenti favorisce esplorazione, scelta del ruolo e relazione con gli altri come in un vero **gruppo musicale**, rafforzando fiducia e appartenenza.

Movimento creativo

SPAZIO

Aula sgombra o palestra con aree-stazione per strumenti e zona “palco”.

MATERIALI

Batteria/percussioni, tastiera, chitarra/basso (o alternative: boomwhackers, shaker, body percussion), microfono, casse/amp a **basso volume**, nastro, carta, cartellini-ruolo (ritmo/basso/armonia/melodia/voce), timer, eventuali **cuffie antirumore**.

REGOLE DI BENESSERE E SICUREZZA

- Semaforo del volume (basso/medio/stop);
- segnale mani in alto = silenzio;
- niente corse;
- attenzione a cavi/aste;
- igienizzare mani/strumenti;

«In una band ognuno conta: ascolta, entra, suona!»

1. ACCOGLIENZA & REGOLE DEL SUONO

Cerchio, presentazione strumenti, condivisione dei segnali del direttore e del semaforo volume.

2. RISCALDAMENTO RITMICO

Body percussion call & response su 4 tempi per attivare ascolto e sincronizzazione.

3. CONOSCI GLI STRUMENTI

Demo breve di ruolo e timbro (ritmo, basso, armonia, melodia, voce) con micro-prove guidate.

4. STAZIONI DI PROVA

Piccoli gruppi a rotazione: ogni stazione propone un pattern base (es. batteria 1-3/2-4; basso su pulsazione; chitarra/tastiera in levare; voce su sillabe). Supporti a **colori/pittogrammi**.

5. MONTIAMO LA BAND

Ognuno sceglie lo strumento preferito; si suona un **groove comune** guidato dal coach- direttore (ingressi, stop, piano/forte, **assolo a turno**).

6. MINI-CONCERTO & JAM

Esecuzione del groove con eventuale **cambio ruoli** e breve improvvisazione finale.

7. DEBRIEF

Domande guida: "Cosa mi ha aiutato a stare nel gruppo?", "Quale strumento vorrei riprovare?", "Come abbiamo gestito il volume?".

VARIANTI E INCLUSIONE

- Se pochi strumenti: ensemble di percussioni/boomwhackers + voce; tastiera app su tablet a volume controllato.
- BES/disabilità: ruoli alternativi (direttore segnali, fonico, "conta-4"), notazione a colori, pattern più brevi, pause sensoriali, cuffie; possibilità di solo gesto/voce senza strumento.

VALUTAZIONE RAPIDA

- Checklist (1-3): mantiene il **tempo**, rispetta ingressi/stop, coopera, nomina almeno 3 **strumenti** e il loro ruolo.
- "Contapassi del gruppo": turni rispettati e momenti di volume consapevole.
- Restituzione breve in cerchio: un punto di forza e un obiettivo per la prossima volta.

COMPITO PONTE – "PORTO IL MIO SUONO"

Costruisci uno **shaker** (bottiglia + riso) o scegli una canzone di una band: prova a contare fino a 4 e batti il tempo.

Porta lo shaker o la canzone al prossimo incontro.