



TO PLAY / THEATRE

METODOLOGIA

Teatro-gioco in cui regola → libertà: rituali di spazio, giochi di status, improvvisazioni a stimolo singolo.

Maria guida con domande, “stop & go” e tecniche di teatro fisico; il gruppo sperimenta, riflette, rilancia.

NESSUN COPIONE PRESTABILITO:

LE REGOLE TENGONO IL CAMPO,
L'IMMAGINAZIONE LO RIEMPIE.

COACH: Maria Campana



PT.1 SCHEDA D'ALLENAMENTO

MUSCOLI (competenze allenate)

- Immaginazione e pensiero divergente
- Espressività corporea, vocale e mimica
- Ascolto reciproco, turn-taking e cooperazione
- Autoregolazione tra regola e libertà
- Fiducia in sé e nel gruppo

BENEFICI

Il teatro è un **gioco con regole** che, paradossalmente, spalanca la libertà creativa. Seguendo consegne semplici ma precise, i bambini scoprono come il “sì, e...” trasformi un’idea in scena, come l’errore diventi spunto e come il corpo, la voce e lo sguardo possano raccontare mondi. Ne nasce sicurezza, empatia e gusto per l’invenzione condivisa.

SPAZIO

Palestra o aula sgombra: area cerchio, zona “palco”, zona “backstage” per maschere/oggetti.

MATERIALI

Nastri per delimitare, campanella “stop”, foulard neutri, mascherine bianche, oggetti generici (cubi, bastoni, stoffe), speaker per brani d’atmosfera.

REGOLE DI BENESSERE E SICUREZZA

- Segnale mani in alto = silenzio immediato,
- no contatti non concordati,
- rispetto di spazio e voce altrui,
- libertà di passare un turno.

«Rispetto le regole, libero la fantasia: il palcoscenico è mio!»

1. CERCHIO D'INGRESSO

Saluto energizzante, accordo sulle regole-gioco.

2. RISCALDAMENTO CORPO/VOCE

Passeggiate di status, “statue sonore”, eco vocale.

3. GIOCHI DI TRASFORMAZIONE

Da oggetto neutro a mille usi; da emozione a forma; “un passo, una storia”.

4. IMPROVVISAZIONI QUIDATE

Tris di regole (luogo, azione, limite) → scena lampo; freeze & switch per inserire nuove idee.

5. MINI-MISE-EN-SCÈNE

Piccoli gruppi montano una sequenza di 3 quadri con ingresso-sviluppo-chiusura, usando un solo oggetto e una regola segreta.

6. DEBRIEF

Condivisione: cosa mi ha aiutato a essere libero? Quando la regola mi ha salvato?

VARIANTI E INCLUSIONE

- Bambini timidi: ruoli di narratore esterno o tecnico suoni.
- BES/disabilità: anticipatori visivi, scelta fra 2 consegne, gesti senza voce o voce senza gesto; pause sensoriali.
- Spazi piccoli: improv “cornice” con due attori, uno narratore.

VALUTAZIONE RAPIDA

- Checklist (1-3): rispetta regole, offre un’idea, coopera nella scena, usa corpo/voce in modo consapevole.
- Semaforo emotivo + parola chiave in uscita.
- Nota qualitativa su creatività e supporto reciproco.

COMPITO PONTE – “REGOLA SORPRESA”

A casa inventa un gioco con una sola regola (es. “parlo solo se tocco un oggetto”): provalo con un familiare e racconta come la regola ha reso il gioco divertente.