

TUTTI A TEATRO

PERCHÉ QUESTO TEMA

Il tema del teatro è sempre attuale e presente in ER. Il teatro è uno degli strumenti espressivi più utili e completi che aiutano i ragazzi nella consapevolezza di sé e nella relazione con gli altri. Proprio perché è uno strumento così utile, non possiamo permetterci di utilizzarlo male o addirittura di improvvisarlo. Questa breve dispensa raccoglie un po' di spunti utili per fare il punto sul teatro nella tua ER.

CONTENUTI

Di seguito trovi una serie di contenuti e strumenti a tua disposizione per preparare un momento di formazione con i tuoi animatori. I contributi sono tanti e non è detto che tu abbia il tempo di presentarli tutti. Il suggerimento è quello di scegliere su cosa lavorare e approfondire quell'aspetto per bene.

ATTIVITÀ

Nella seconda parte della dispensa trovi una serie di attività teatrali che possono servirti per fare qualche esercizio e intrattenimento con i ragazzi. Anche in questo caso ti suggerisco di sceglierne qualcuno e di abbinarlo ai contenuti in modo da fare prima esperienza con l'attività per poi comprendere subito dopo i contenuti in maniera più agevole.

PARTE PRIMA – I CONTENUTI SUL TEATRO

L'ATTORE E LA DRAMMATIZZAZIONE DI RAGAZZI

L'agire è il punto di partenza in un percorso teatrale e, a maggior ragione, in un percorso di teatro ragazzi. Impossibile sarebbe partire con un approccio psicologico, con dei "perché", che non riuscirebbero ad individuare il punto di arrivo di tale percorso.

Infatti, i ragazzi, come pubblico di uno spettacolo, sono portati a identificarsi completamente con la storia creando un legame empatico molto profondo tra ciò che accade sul palco e quello che accade nella loro fantasia stimolata dallo spettacolo.

Per stabilire questo rapporto l'attore (nel nostro caso l'animatore che recita) deve lavorare, innanzitutto, sull'immediatezza del proprio personaggio per farlo arrivare senza equivoci; dunque, l'attore deve lavorare sul controllo del suo corpo per evitare di fare azioni che non c'entrano con la storia e/o con il suo personaggio.

A differenza degli adulti, che ascoltano, comprendono, e possono attribuire a una frase teatrale significati nascosti e non immediati, i ragazzi non possono recepire sottigliezze di testo (se non eseguite in maniera esagerata), e dunque la direzione dello spettacolo deve essere improntata sul ritmo e sulle azioni che si compiono: da un lato il ritmo tiene impegnato il ragazzo impedendogli la possibilità di distrarsi troppo da ciò che avviene sul palco, e dall'altro l'azione scenica trasmette un messaggio molto più velocemente di un dialogo, dunque consente di mantenere un "ritmo sostenuto". Spesso si fraintende ritmo per velocità: questo è sbagliato perché il ritmo di uno spettacolo è la cadenza temporale degli accadimenti e non semplicemente la loro successione veloce. Cioè se in scena ci sono tre persone, e due "attaccano" con le loro battute appena quello che sta parlando finisce, mentre il terzo aspetta sempre qualche secondo alla fine della battuta altrui, non si ha un ritmo buono perché i tempi dei tre attori sono diversi.

L'INTERPRETAZIONE

Credo che l'attore debba partire dal gesto prima ancora che dalla psicologia del proprio personaggio. Cioè individuare quali sono i movimenti che potrebbe fare per rendere riconoscibile il suo personaggio al pubblico.

La chiave dell'interpretazione di un personaggio è dunque nell'individuazione delle azioni giuste e sufficienti per trasmettere le emozioni del carattere che si sta eseguendo.

La costruzione di un personaggio varia molto da attore ad attore e qui posso solo trasmettere quello che è il mio modo di procedere. Innanzitutto, dopo una attenta lettura e riletture di un copione procedo ad una ulteriore lettura, per avere ben capito chi sia questa persona che agisce, cosa faccia e che rapporto abbia con gli altri personaggi della storia. Solitamente aggiungo mentalmente dei particolari di fantasia della vita privata del personaggio, cioè cosa fa quando non è in scena.

Partendo da queste domande, e dalle relative risposte, tento di capire come può camminare questa persona: è decisa e impettita? Oppure un po' goffa e cammina dinoccolata? O forse cammina normalmente perché in fondo ciò che importa di lui sono le braccia, il viso?

Avendo individuato la camminata passo all'uso delle mani e braccia (supplizio di molti attori). A tale proposito bisogna stare molto attenti, perché noi italiani siamo abituati a usare spesso le mani quando parliamo e questo, sebbene sia un gesto di vita quotidiana, in teatro rischia di sporcare il personaggio, quindi i gesti vanno misurati e dosati.

Dopo le braccia cerco di trovare delle espressioni facciali che accompagnino in scena il personaggio, guardando a uno specchio il risultato del mutamento.

Dopo questo percorso, avendo a memoria le battute del testo, provo ad incollarle sui movimenti che ho costruito, eventualmente adattando i movimenti alle battute e non viceversa perché è comunque il testo il punto che deve guidare il processo creativo, a meno di non avere l'intenzione volontaria di cambiarlo.

Possiamo concludere dicendo che l'interpretazione è un processo stimolato innanzitutto dalla fantasia e raggiunto attraverso le azioni che il personaggio potrà compiere.

L'IMITAZIONE, LA COMUNICAZIONE, L'AZIONE E LA PAROLA

Il processo imitativo è un argomento molto delicato, infatti può portare alla bieca imitazione del comportamento altrui. Cosa da rifuggire, a meno che non sia espressamente e volontariamente cercata, dato che lo stesso strumento di comunicazione (tipo di voce, gesto o tipo di camminata) non può essere usato in maniera egualmente efficace da due persone diverse e in contesti diversi.

In altre parole, le tecniche altrui devono prima essere immagazzinate e rielaborate in base alla propria fisicità e capacità comunicativa. Prima condizione per una buona comunicazione è che la comunicazione esista. Per fare ciò l'attore deve lavorare su sé stesso su due strumenti di base:

- 1- Il proprio corpo
- 2- La propria voce

Quello che l'attore deve fare su sé stesso non è un lavoro estremo o molto distante dalla quotidianità della vita. Per far capire questo punto prendiamo ad esempio due tipologie di attori (intesi come persone che in un luogo definito palcoscenico trasmettano qualcosa a qualcuno) che tutti possono riconoscere: la ballerina di danza classica e il cantante lirico.

La ballerina di danza classica allena il suo corpo per molto tempo per poter trasmettere un messaggio attraverso la danza; è riconoscibile per la camminata a piedi piatti e la schiena ben diritta con il busto teso all'insù. Dunque, si sottopone a un training fisicamente molto intenso e molto duro per adattare il proprio corpo al tipo di comunicazione che vuole fare, trasformandolo, nel vero senso della parola.

Il cantante lirico allena la sua voce per anni: ciò gli permette di assumere sfumature e volumi vocali, che normalmente non si usano quando una persona parla o canta normalmente. Dunque, si sottopone a un training che modifica la sua voce per adattarla al mondo lirico (e spesso molti cantanti lirici non riescono a cantare "normalmente").

All'attore di prosa viene chiesto di eseguire azioni provenienti dalla vita di tutti i giorni: camminare, parlare, sedersi, correre, ecc... Dunque, se il lavoro che l'attore deve fare su se stesso è così "normale" perché dovrebbe allenarsi? E in che direzione?

Per rispondere a queste domande bisogna fare un passo indietro e vedere dove l'attore agisce, e cioè sul palcoscenico. Il palcoscenico è quello spazio identificato dal pubblico come luogo dove avvengono azioni diverse dalla realtà, cioè reali ma intese con scopi diversi dalla vita di tutti i giorni.

In gergo si dice spazio semiotizzato. Tutte le azioni che avvengono sul palcoscenico sono sotto l'attenzione del pubblico e, proprio grazie a questa attenzione e partecipazione, tutto ciò che si svolge sul palco è amplificato di molte volte rispetto alla vita di tutti i giorni.

Data questa azione amplificatrice del palco il lavoro che l'attore deve eseguire è innanzitutto sul controllo di sé per non sviare l'attenzione su gesti estranei allo spettacolo o al personaggio. Questo per quanto riguarda il corpo, invece per la voce si possono individuare cinque elementi che contribuiscono a un uso corretto:

1- Volume

Come dicevamo, condizione necessaria per una comunicazione è che la comunicazione esista; dunque, il volume della voce dell'attore dovrà innanzitutto essere udibile dal pubblico. Vanno insomma combattute la timidezza e l'insicurezza che portano, inconsciamente, a utilizzare la voce a un volume troppo basso.

2- Velocità

Spesso si è portati a parlare nella vita di tutti i giorni in maniera veloce, processo analizzato dai linguisti nell'ambito della così detta "economia linguistica", cioè dare il maggior numero di informazioni al nostro interlocutore nel minor tempo possibile, per risparmiare tempo o per insicurezza del portatore del messaggio. In teatro questa cosa non può accadere: la parola, con l'azione, è al centro dei meccanismi scenici e quindi deve essere chiara e recepibile senza troppa fatica da parte del pubblico. Dunque, la velocità della parola non deve essere da ostacolo alla comprensione del messaggio da parte del pubblico.

3- Ritmo

Il ritmo è molto importante, e tale è dato dalle battute del testo scenico. Dunque, il ritmo della voce deve essere la base su cui costruire il ritmo dello spettacolo.

4- Timbro

Materialmente la voce può vibrare in diversi punti del corpo: petto, gola e testa. Questi punti di risonanza possono essere sfruttati per far "suonare" la voce in maniera diversa in base al significato che si vuole attribuire (si può provare con un vocalizzo A-O-U-M: si sentirà che la AO risuona nel petto, la U in gola e la M in testa).

5- Intonazione

Letteralmente l'intonazione coinvolge la musicalità delle parole stesse: con diverse intonazioni si possono dare diversi significati alla parola. Per fare un esempio possiamo parlare di arsi e tesi, cioè l'apertura e la chiusura tonale di una parola. Si può provare a dire la frase "vado a casa" prima con "arsi" e cioè a mettere un accento alla fine della parola "casa", per far restare in sospeso la frase; invece usando la "tesi" possiamo chiudere la frase "vado a casa" mettendo un punto dopo 'casa', e si udirà la chiusura netta, significando quindi la fine della comunicazione. L'attore, quindi, deve lavorare su se stesso nella direzione del controllo dei propri strumenti, la voce e il corpo.

LA FANTESIA, L'ESPERIENZA E LA CREATIVITÀ

L'attore deve affidarsi innanzitutto alla tecnica, che rappresenta le fondamenta del proprio lavoro.

Ma, oltre a ciò, deve utilizzare la propria fantasia e creatività per arricchire il messaggio che vuole fare arrivare al pubblico in maniera originale e personale. La fantasia e la creatività sono molto utili nella costruzione del personaggio: è bene, durante le prove, proporre le proprie idee, che saranno inevitabilmente scremate e adattate alle esigenze del testo e degli altri attori.

Oltre a ciò, la fantasia per un attore è fondamentale per immaginare di trovarsi all'interno dello spettacolo che sta facendo, per esempio: se un regista dice "adesso voi avete degli scafandri e state camminando sul fondo dell'oceano", l'attore deve immaginarsi la scena e renderla il più reale possibile proprio grazie alla propria fantasia e creatività.

Possiamo concludere dicendo che l'esperienza è la valigia più importante dell'attore: essa non deve mai smettere di riempirsi di "oggetti", perché in diversi spettacoli si possono riproporre azioni simili e adattate a diverse esigenze sceniche. Il percorso per diventare attore è dunque una strada che parte dalla realtà, passa per il controllo fisico per arrivare alla fantasia, propria e del pubblico.

DRAMMATURGIA DI BASE

Prima di parlare di drammaturgia bisogna piantare partire dallo stesso punto. Per Teatro non si intende uno spazio fisico preciso con poltroncine e un palco di legno ma, semplicemente, uno spazio dove accade un'interazione tra due soggetti e cioè uno o più attori e uno o più spettatori. Dunque per fare teatro basta molto poco, ma dopo queste due "entità" fondamentali appena dette, per ordine di importanza viene la storia e cioè la descrizione di ciò che accade sul palco.

Quando si inizia a costruire uno spettacolo e un testo, bisogna sempre partire da alcune domande:

1. Che difficoltà abbiamo incontrato durante le passate esperienze di creazione artistica?
2. Cosa si può fare per risolvere questi problemi?

Partendo dalle risposte a queste domande, si può partire a creare un testo da mettere in scena avendo in mente lo schema classico utilizzato in tutta la drammaturgia. Conviene sempre incentrare le storie su un personaggio o un gruppo ristretto di personaggi, che passano attraverso le 3 fasi della così detta *Struttura restaurativa in 3 atti*:

- nella prima parte il personaggio trasgredisce a una regola
- nella seconda parte avviene l'idillio per fare ammenda dell'errore iniziale
- nell'ultima parte il protagonista si redime e torna ad una situazione di normalità

Qualsiasi sia lo spettacolo che si vuole affrontare è assolutamente fondamentale creare un filo rosso che collega tutti gli accadimenti che si susseguono sul palco. Questo filo rosso può essere reso anche solo con un narratore o con un dialogo tra scene diverse, a patto però che sia dedicato a queste figure narrative uno spazio preciso e ben riconoscibile da parte del pubblico (come uno spazio rialzato o a lato del palco). Queste figure sono importanti sia a chi crea la storia, cioè aiuta a far rimanere dentro canoni narrativi i creatori del testo, sia al pubblico facendolo entrare più facilmente nella storia.

REGIA E DIREZIONE TEATRALE

Iniziamo con la definizione della figura del regista: costui è innanzitutto l'occhio e l'orecchio del pubblico, ovvero la persona che decide cosa piacerà agli spettatori e cosa no, dunque per fare questo deve conoscere a menadito la storia dello spettacolo e anche il tipo di pubblico che si avrà durante la rappresentazione. Oltre a questo, il regista è l'organizzatore delle prove e ha la visione complessiva dello spettacolo e della sua durata, ma non solo dato che sarà anche il responsabile finale di diverse scelte tecniche come decidere le musiche, organizzare la scena con varie quinte, oggetti di scena o parti tecniche come microfoni.

Descritta la figura del regista, consideriamo alcuni suggerimenti su una struttura di lavoro organizzata che può essere poi sovrapposta alle proprie esigenze:

- Creare il testo se non esiste, avendo cura di definire un inizio e una fine chiari. Per testo non si intende solo l'insieme delle battute dette dai personaggi, ma anche il susseguirsi di scene e balletti o canzoni.
- Leggere e rileggere il testo e tentare di immaginarlo in scena, nei dettagli, per prevenire il più possibile eventuali problemi durante lo svolgimento dell'azione.
- Durante le prove essere pronto ad aggiungere o togliere parti di spettacolo in base a esigenze artistiche o temporali.
- Capire la durata dello spettacolo che non dovrebbe mai raggiungere il limite dell'ora o, al massimo dell'ora e un quarto.
- Cercare di dare un ritmo allo spettacolo, attribuendo velocità al susseguirsi delle scene, soprattutto tra i cambi da una scena all'altra.
- Tentare di organizzare ogni entrata e uscita in modo da non creare ingorghi di persone e razionalizzare al più possibile lo spazio dietro lo quinte.
- Controllare la parte tecnica e selezionare le musiche.
- Individuare delle persone a cui demandare pezzi di organizzazione.

I PERSONAGGI. LA TRAMA, L'INTRECCIO

Quando si crea uno spettacolo, soprattutto nel teatro per ragazzi, bisogna tenere bene in mente che i personaggi devono essere ben riconoscibili, cioè devono accostarsi facilmente a riconosciuti stereotipi, come il buono, il cattivo, il simpatico e così via. Questo aiuterà sia il pubblico sia i ragazzi che devono recitare ad avere una visione chiara del proprio ruolo.

In generale non si può scindere i personaggi dalla trama, questo perché la buona scrittura di una storia, per cinema o teatro che sia, passa per una scelta corretta dei personaggi, per una loro chiara e approfondita definizione, talmente ben fatta che il personaggio, alla fine di questo lavoro preliminare, sarà in grado di raccontare la storia autonomamente, e l'autore sarà quindi enormemente facilitato nel proprio compito. Il personaggio deve avere un proprio punto di vista sulla storia, dipendente dalla sua posizione all'interno della vicenda e dalle sue caratteristiche personali.

Fondamentale sarà quindi stilare una biografia il più possibile accurata di ogni personaggio, e creare una rete di rapporti fra tutti i personaggi del dramma, in modo che le azioni da essi svolte siano tali da generare reazioni e far andare avanti la trama.

Molto importante è proprio la distinzione fra storia e trama. La prima è un racconto su determinati eventi avvenuti in successione temporale. La seconda è invece la descrizione di una vicenda basata su azioni che generano reazioni, che fanno "andare avanti" l'intreccio e che creano situazioni drammaturgicamente interessanti.

ASSEGNAZIONE DELLE PARTI E ORGANIZZAZIONE DELLE PROVE

Quando si ha a che fare con dei bambini, risulta sempre molto difficile assegnare parti, senza incorrere nel classico "maestra, ma perché lui fa quello e io no?" Frase che può essere attribuita a piacere ad un bambino o a un genitore. Una possibile soluzione potrebbe essere presentare la parte a ogni bambino come importante nell'insieme dello spettacolo, come in realtà poi è, e fare avere a ogni bambino i 2 minuti di gloria indipendentemente dal ruolo, dando a lui/lei una parte simpatica e che rimanga nell'immagine del genitore e del bimbo.

Le prove dovrebbero essere strutturate secondo la sequenza con cui si svolgerà lo spettacolo stesso, ovvero iniziare dalle prime scene per arrivare alla conclusione, questo per diverse ragioni:

- Ricreare realmente il percorso logico pensato dal regista, che così potrà intervenire più velocemente a correggere dei passaggi possibili nella sua fantasia, ma non adatti nella realtà
- Far capire al bambino la successione delle scene e la struttura dello spettacolo il meglio possibile
- Arrivare prima possibile a una prova "filata", cioè una prova di tutto lo spettacolo senza interruzioni, per capire se tutti gli elementi combaciano (musiche, balletti, recitato, canzoni) e infine verificarne la durata effettiva ed eventualmente tagliare.

La fase di assegnazione delle parti e l'organizzazione delle prove, sono due momenti molto delicati della creazione di uno spettacolo, perché sono influenzati spessissimo da elementi esterni, a partire dal tempo atmosferico, se lo spettacolo deve effettuarsi all'esterno, a finire dal tempo materiale a disposizione per la messa in scena. Al buon senso di ogni organizzatore è lasciato il compito di risolvere al meglio questi problemi per i quali non c'è una soluzione reale da proporre.

FORMAZIONE DELL'ATTORE

Parlare di formazione dell'attore in un corso come questo deve per forza avere un semplice (a dirsi) punto di arrivo: il massimo ordine possibile in scena. Questo si raggiunge a passi graduali, e con una visione d'insieme dello spettacolo "da spettatore": significa quindi avere la sensibilità di capire se una scena o parte di essa per una ragione tecnica (per esempio "entrate" e "uscite") o artistica (intreccio della storia) potrebbe risultare confusionale al pubblico.

Per raggiungere il massimo ordine possibile in scena ci sono alcuni trucchi/suggerimenti da seguire:

- Tentare di riempire lo spazio in maniera razionale. A meno che non si tratti di una situazione di carattere come il narratore o una piccola scena recitata, è necessario riempire lo spazio dato il più possibile in maniera simmetrica.
- Nelle parti recitate è importante ricordare agli attori di non dare le spalle al pubblico e le parole devono essere pronunciate in maniera chiara. Tentare, per quanto possibile, di controllare i propri movimenti per evitare di confondere il pubblico con messaggi corporei non in sintonia con i messaggi verbali che si vogliono esprimere.
- Organizzare i movimenti di sistemazione in scena per balletti o scene di qualsiasi sorta, facendoli avvenire più velocemente e ordinatamente possibile (per esempio utilizzando dei segni sul palco per marcare la posizione di arrivo)

LA TECNICA: SCENE, LUCI, MUSICHE

La sezione tecnica è una parte molto importante di uno spettacolo, e può essere controllata oltre che usata in maniera molto efficiente. Questo perché, soprattutto per le musiche, ci si può sbizzarrire a scegliere ciò che sembra più appropriato al proprio spettacolo attingendo a qualsiasi musica: teatrale, cinematografica, operistica, ecc...

Le musiche possono essere usate in svariati contesti, quali l'esigenza di sottolineare un momento drammaturgico, oppure come intervallo tra una scena e l'altra o anche per un balletto. L'importanza delle musiche non deve essere sottovalutata, perché esse riescono a evocare una sensazione presente nella coscienza collettiva (per esempio se si mette una musica tratta dal film "Rocky" inevitabilmente nel pubblico si creeranno associazioni mentali a tale film).

Per quando riguarda l'amplificazione, se non si hanno a disposizione dei radio microfoni ad archetto (da indossare in testa), conviene identificare una posizione a bordo palco in modo che i fili dei microfoni non diano fastidio, e fare attenzione alla direzione dei microfoni stessi: non devono essere puntati verso delle casse ma sempre utilizzati alle spalle della parte frontale di una cassa (da dove esce il suono per intenderci - nda); inoltre conviene, se possibile, sempre utilizzare i microfoni su un'asta, a meno che l'utilizzatore non sia esperto, così si evita il pericolo che il parlante diriga il microfono verso il mento e non verso la bocca.

La scena deve essere organizzata in modo da poter far risaltare le azioni che avvengono al suo interno. In particolar modo sconsiglio di usare degli oggetti che non possano essere rimossi velocemente, e soprattutto prevedere almeno due uscite/entrare per garantire un minimo di mobilità e organizzazione ai vari ingressi in scena.

Le luci sono un discorso molto complesso da affrontare, qualora se ne avessero a disposizione, sarebbe utile tenere presente l'azione e la storia che si vuole raccontare, in modo da poterle sfruttare per evidenziare vari momenti dello spettacolo.

PARTE SECONDA – ATTIVITÀ TEATRALI

ATTIVITÀ 1 – teatro con il corpo

Questa attività è suddivisa in 4 livelli spiegati di seguito. Essi fanno tutti riferimento alla tabella presente al termine della descrizione.

Livello 1: I ragazzi sono divisi in squadre. Al centro sta il formatore. Al via un rappresentante per gruppo va a pescare dal sacchetto un'immagine (o parola). Tornato nella propria squadra, al fischio di inizio, rappresenta insieme alla squadra nel tempo stabilito, quello che c'è sull'immagine.

Livello 2: I ragazzi sono divisi in squadre. Al centro sta il formatore. Viene nominata una squadra e il suo rappresentante va al centro per pescare un'immagine (o parola). Al via la squadra scelta ha 2 minuti per rappresentare l'immagine. Al termine, le altre squadre devono copiare quello che ha fatto la squadra e indovinare che disegno era.

Livello 3: I ragazzi sono divisi in squadre. Al centro sta il formatore. Al via un rappresentante per gruppo va a pescare dal sacchetto un'immagine (o parola) astratta (sogno, fatica, desiderio...). Ogni squadra avrà a disposizione 3 minuti per pensare come rappresentarla con la sola mimica (no voce) e la possibilità di una musica di sottofondo. Si potrebbe aggiungere che le squadre che guardano indovinano il soggetto.

Livello 4: I ragazzi sono divisi in squadre. Al centro sta il formatore. Al via un rappresentante per gruppo va a pescare dal sacchetto un mestiere (es: falegname, pittore, operaio...) Ogni componente della squadra dovrà rappresentare con il proprio corpo un oggetto di questo mestiere facendo anche il rumore con la bocca.

| LIVELLO 1 | LIVELLO 2 | LIVELLO 3 | LIVELLO 4 |
|---|----------------------------------|-----------|------------------------------|
| FORESTA con alberi, cespugli, funghi e gnomi | FONTANA DEL NETTUNO A BOLOGNA | SOGNO | FALEGNAME |
| DESERTO con cammelli, beduini, tende, cactus | COLOSSEO A ROMA | PAURA | IDRAULICO |
| MARE con ombrelloni, sdrai, pedalò, bambini con castello di sabbia | TORRE DI PISA | FATICA | PITTORE |
| ANTARTIDE icebargh, pinguini e foche | TORRE EIFFEL | SCOPERTA | PANETTIERE |
| MONTAGNA cascata e mucche al pascolo | PIRAMIDE EGIZIA | AMICIZIA | PROGRAMMATORE INFORMATICO |
| ISOLA palme, scogli, naufrago che chiede aiuto | SAN PIETRO A ROMA | NOIA | INFERMIERE |

ATTIVITÀ 2 – Sfere immaginarie

Ogni partecipante s'immagina di essere in possesso di una sfera, o una boccia, o una biglia, o un pallone deve immaginare con precisione di che materiale è fatta la sua sfera, quali dimensioni e peso ha eccetera. A questo punto inizia a giocare con tutto il corpo e con la voce riproducendo il ritmo, il suono, il movimento della sua sfera, o biglia, o boccia che sia. Dopo qualche minuto, il conduttore dirà: "preparatevi!" a questo punto, ogni partecipante sceglie un compagno. I due si mettono faccia a faccia. Continuano a giocare e si osservano con attenzione. Dopo alcuni istanti il conduttore dirà: "scambiatevi le sfere!" Ogni giocatore dovrà prendere la sfera dell'altro. Si procede così alcune volte. Dopo una serie di scambi, il conduttore dirà: "Recuperate le vostre palle!" A questo punto ogni partecipante deve recuperare il proprio oggetto. Quando lo trova, lo comunica al compagno che in quel momento ne è in possesso. Quest'ultimo esce dal gioco e attende che tutti abbiano trovato la propria sfera originaria.

ATTIVITÀ 3 – Il corpo snodabile

Tutti i partecipanti camminano nello spazio, cercando di occuparlo in modo omogeneo. L'animatore dice un numero e insieme, una parte del corpo: ad esempio "due mani" oppure "cinque nasi" o "sette piedi". Immediatamente i partecipanti devono formare dei gruppi in modo da unire le due mani, o i cinque nasi, o i sette piedi (naturalmente con le parti del corpo, delle quali ciascuno ne ha due, si possono immaginare diverse Varianti).

ATTIVITÀ 4 – Sono come vuoi

Tutti camminano nello spazio. Quando il conduttore batte le mani tutti si immobilizzano. Chi ha un'idea la lancia e gli altri devono seguire senza esitazioni. Ad un certo punto il conduttore batte ancora le mani e tutti Tornano immobili, fino a che un altro lancia una nuova idea.

Ad esempio, uno dice: "Buongiorno ragazzi, oggi interroghiamo..." tutti gli altri capiscono che si tratta di una situazione scolastica e si disporranno in banchi immaginari inventandosi ognuno il proprio personaggio (il primo della classe, quello che ha mille scuse, quello sempre distratto...). Battito di mani. Un altro urla: "al ladro! Mi ha rubato la borsetta! "Qualcuno farà il ladro, un altro il poliziotto, il passante, il cane, il semaforo... è importante che il conduttore faccia frequenti interruzioni e che i partecipanti seguano le proposte prontamente e costruttivamente.

Tutto è valido, tranne farsi male!

ATTIVITÀ 5 – La maschera neutra

La maschera neutra è un valido strumento per approfondire l'espressione corporea. Nella vita quotidiana, siamo soliti privilegiare la mimica facciale per esprimere emozioni e sensazioni. Indossando una macchina inespressiva, ci priviamo di quel mezzo di comunicazione privilegiato, e fondamentalmente più facile da usare, che è l'espressione del volto e siamo quindi costretti a prestare maggiore attenzione al resto del corpo come veicolo di comunicazione. Solitamente quando si utilizza la maschera neutra è escluso l'utilizzo della voce. La maschera ha inoltre una funzione protettiva che ci aiuta a superare le inibizioni di fronte ai compagni di lavoro e favorisce la spontaneità.

Utilizzo 1: Il gruppo si dispone in cerchio. A turno ogni partecipante fa un gesto e si immobilizza in una posizione. Quando tutti sono immobili si può procedere ad un altro giro. Il primo partecipante fa un nuovo gesto e si immobilizza in una nuova posizione. Il compagno successivo lo segue e così via.

Utilizzo 2: Il gruppo cammina nello spazio (se possibile in semi oscurità). L'animatore suggerisce un'emozione. Al segnale (eventualmente la luce) tutti si immobilizzano in una posizione che, a loro parere, evoca l'emozione suggerita (durante questo esercizio è bello concedere a turno ad alcuni partecipanti la possibilità di fare da osservatori).

Utilizzo 3: Camminate: ogni partecipante attraversa lo spazio proponendo la camminata di un personaggio, o di un animale. Azione e situazione: si stabilisce un'azione comune (entrare e sedersi su una sedia, rispondere al telefono, scrivere una lettera, etc.). Ogni partecipante esegue l'azione inventandosi una sua motivazione e un suo personaggio.

Utilizzo 4: Incontro: i partecipanti si dispongono a coppie e rapidamente stabiliscono una situazione di incontro che poi mimano di fronte agli altri (due nemici, due innamorati, etc.).