



Via Calatafimi 25, 42020 Quattro Castella (RE)
P.IVA: 02672470354

Progetto FSE- Inclusione sociale e lotta al disagio - Programma Operativo Nazionale N.10862 - _16/09/2016 - Codice identificativo Progetto: 10.1.1A-FSEPON-EM-2017-6 "SCUOLA DI COMUNITA': GIOVANI IN CAMMINO"
codice CUP: B29G16001480007 - CIG: ZED23AB5C2

Corso pluridisciplinare di circo

Descrizione

Percorso formativo e ludico di iniziazione alle Arti circensi. Le Arti circensi offrono, grazie alle loro numerose tecniche, un'apertura all'espressione senza limiti.

Contribuiscono alla formazione della personalità permettendo ad ognuno di sviluppare, al proprio ritmo, il potenziale creativo e fisico.

Questo percorso formativo si rivolge ai ragazzi delle quinte elementare e delle medie e tocca principalmente le discipline di equilibrismo, giocoleria, acrobatica e clown. Il percorso sviluppa l'equilibrio al suolo e in aria, la coordinazione e la coscienza corporea, la disciplina e la concentrazione, la determinazione e la fiducia in se stessi e negli altri.

Durata del corso: 15 ore suddivise in due giornate

Programma base:

il percorso prevede un training fisico per imparare a conoscere il proprio corpo e i suoi limiti e per poter potenziarlo in armonia. Il percorso formativo è diviso in quattro moduli: equilibrismo, acrobatica, giocoleria e clown. Questi moduli non sono statici ma vengono realizzati in contaminazione l'uno dall'altro. Il laboratorio ha l'ambizione di creare una solida coesione di gruppo indispensabile per potere evolversi senza giudizio e lasciare spazio alla creatività di ognuno.

Primo modulo: Equilibrismo



Lo scopo di questo primo modulo è la scoperta del proprio corpo, come si muove e come si può muovere, come vive nello spazio e come riesce a sfidare le leggi della gravità.

In questa prima fase ci avvicineremo alle discipline di equilibrismo al suolo e su attrezzi. Gli attrezzi utilizzati sono: rola-bola, barile, trampoli, e sfera.

Secondo modulo: Acrobatica al suolo e mano a mano

Scopi del modulo: potenziamento ed allungamento muscolare.

Introduzione alle basi della disciplina: equilibri e squilibri, posture, salti, prese e realizzazione consapevole delle figure acrobatiche di base (capriola in avanti e all'indietro, ruota, verticale). Un altro scopo di questo modulo è la sicurezza: come lavorare in tutta prudenza e come assicurare gli altri nella realizzazione delle figure. L'acrobatica mano a mano è una disciplina circense che si pratica in due o più persone. Consiste nella realizzazione di figure acrobatiche da parte di uno o più porteur ed uno o più agile. Questa disciplina favorisce la organizzazione del proprio corpo, la ricerca dell'equilibrio e la fiducia in se stessi e negli altri. Questa fase del

modulo tende a creare la coesione di gruppo e a favorire la fiducia reciproca tra i partner.



Terzo modulo: Giocoleria



La Giocoleria richiede un allenamento costante e duraturo, per questa ragione la giocoleria viene introdotta dall'inizio del corso attraverso esercizi psicomotori e propedeutici. Questo modulo si concentrerà principalmente su 4 attrezzi: fazzoletti, palline, flowerstick e diavolo e verranno anche presentate le basi dello swinging e dell'utilizzo delle clave.

L'approccio pedagogico del modulo si focalizza sullo sviluppo della concentrazione degli allievi e sulla ricerca dell'immobilismo dinamico.

Quarto modulo: Alla scoperta del clown

In ognuno di noi vive un clown, questo modulo offrirà gli strumenti per riconoscerlo attraverso l'auto-ironia e il confronto con pubblico. Passando da improvvisazioni singole e collettive scopriremo le caratteristiche che ci contraddistinguono, impareremo ad accettarle ed a dividerle. Per la fragilità della ricerca del clown e del clown stesso, questo lavoro viene proposto alla fine del laboratorio quando il

gruppo è coeso e offre la possibilità di lavorare in un ambiente privo di pregiudizi dove possiamo disfarci di tutte le nostre maschere e barriere emozionali.

Obiettivi:

- coesione del gruppo
- sviluppo delle proprie capacità motorie ed artistiche
- offrire agli studenti più fragili un'altra visione della scuola e dell'apprendimento
- motivare gli studenti all'apprendimento ed all'assunzione di responsabilità individuali e collettive- rafforzare le competenze relazionali
- incrementare l'autostima e stimolare altre vie di apprendimento.

Operatori coinvolti:

numero: 2

Andrea Menozzi

Cf: MNZNDR72P20H223H

Mail: info@andreamenozzi.it

Tel: 3479384918

Christel Dicembre

Cf: DCMCRS83P42Z103R

Mail: andreamenostop@gmail.com

Tel: 3202215219

Proposta economica:

70€ lordi/ora onnicomprensivo di tutti gli oneri (IVA inclusa) ovvero pari ad un corrispettivo massimo di €1.050,00