



Didattica » Musica Studio

Per una lezione che danza

di **Donatella Martina Cabras**

31 agosto 2017



“Tutti abbiamo esperienza di cosa può essere un’ora di lezione: visitare un altro luogo, un altro mondo, essere trasportati, catapultati in un altrove, incontrare l’inatteso, la meraviglia, l’inedito.”

M. Recalcati



Donatella Martina Cabras

Dopo un percorso da ginnasta intrapreso fin dalla prima infanzia si laurea nel 2004 alla LONDON CONTEMPORARY DANCE SCHOOL e lavora in Inghilterra, in Germania e in Italia come danzatrice in diverse produzioni di teatro danza. Nel 2011 si specializza come Operatrice di Teatro Sociale al CRT (Centro di Ricerca Teatrale di Milano) e recentemente approfondisce la ricerca pedagogico-didattica sul movimento presso CHORONDE di Roma. Dal 2013 collabora stabilmente come danzatrice, coreografa e insegnante presso l’Associazione Culturale SPAZIODANZA di Cagliari inserendosi inoltre nel tessuto artistico della Sardegna con laboratori didattici e performance all’interno di festival e rassegne culturali.

Il linguaggio del corpo è quello attraverso il quale ci si manifesta al mondo.

Il corpo attraverso il movimento entra in relazione con l’ambiente e vive in un dialogo costante di reciproche modifiche e trasformazioni.

Nell’approccio all’insegnamento, riconoscere il processo di trasmissione dei segnali che partendo dal cervello raggiungono le zone più periferiche è importante tanto quanto riconoscere il processo inverso, ossia quello responsabile delle innumerevoli informazioni che partendo dalle zone più periferiche del corpo raggiungono il sistema nervoso centrale affinché le principali strutture cerebrali si sviluppino al meglio ed esercitino armoniosamente le proprie funzioni.

E’ in questo secondo percorso che la danza, proprio perché arte del corpo e del movimento, si inserisce, fin dalla primissima infanzia, come strumento in grado di stimolare al meglio i cinque sensi del bambino, attraverso un’esplorazione che, se correttamente esercitata, l’individuo avrà modo di restituire in una nuova e personale forma espressiva.

Il bambino, in particolar modo fino ai sei anni, usa i suoi cinque sensi per apprendere, per registrare e misurare quello con cui entra in contatto il corpo di cui sta formando una vera e propria immagine. Lo fa attraverso il movimento, testando la sua relazione con il peso e la leggerezza, lo fa scoprendo la qualità del pavimento che lo sostiene, mettendo spesso alla prova il suo senso di equilibrio, confrontando le lunghezze degli oggetti rispetto a se stesso, divertendosi nello spazio col sopra e sotto, col dentro e fuori, vicino e lontano, lo fa attraverso la percezione che il suono e la musica producono nel suo organismo.

Nel bambino, se opportunamente guidato con la differenziazione degli stimoli, in questa fase si costruiranno le basi per sviluppare, giocando con il movimento, una soddisfacente sicurezza motorio-espressiva legata ad un equilibrato tono muscolare, una corretta postura, una finezza del gesto. Cosa sono questi se non i buoni presupposti per un futuro studio della danza che non sia da subito settorializzato e tecnicizzato?

Lo studio fin da piccoli di una pratica corporea troppo tecnicizzata va ad incidere infatti, nel migliore dei casi, solo su alcune delle funzioni che il bambino dovrebbe esercitare per una buona crescita, andando a creare precoci tensioni muscolari, ma anche lasciando forti lacune esplorative e blocchi nell’ambito della spontaneità espressiva.

Poiché l’obiettivo di ogni attività didattica proposta ai bambini dovrebbe essere, non quello di indurli da subito ad uno studio professionalizzante, bensì quello di aiutare lo sviluppo psico-fisico dell’individuo, è bene che nella prima infanzia il bambino abbia un ampio spettro di azione, possa quindi esplorare tutte le possibili forme che il suo corpo ha per entrare in relazione con una proposta che arriva dall’ambiente esterno, al fine di sviluppare una buona e completa coscienza di sé.

Come già Maria Montessori diceva all’inizio del novecento *“La frode nell’industria si alimenta della mancanza di educazione sensoriale nelle masse; così come la frode del truffatore si basa sull’ingenuità della vittima”*. Il movimento, congiunto nella relazione tra i sensi e le strutture cerebrali, è un enorme strumento di formazione del sé e dell’identità personale.

Se vogliamo formare individui autonomi in grado di scegliere in base ai propri bisogni reali e non a condizionamenti indotti dobbiamo partire dalle metodologie didattiche utilizzate fin dalle prime fasce d’età, applicando l’educazione sensoriale in maniera trasversale a diversi ambiti: movimento, spazio (geografia-geometria), tempo (storia), linguaggio, mondo sonoro-musicale.

E’ importante che il bambino possa imparare a scegliere, differenziare, esprimersi godendo inizialmente, il più possibile, del movimento ricco e spontaneo che il suo corpo gli offre per trovare quello che rende il suo gesto unico e personale.

Tanto più la lezione sarà indirizzata al fornire proposte aperte alla ricerca artistica e creativa quanto più il movimento diventerà un gioco attraverso cui mettere le giuste basi per un’ eventuale scelta futura di studi tecnici e specifici.

Trovo appropriato, a questo proposito, citare le parole della pedagogista americana Margaret H’Doubler *“Come ogni bambino, indipendentemente dalla possibilità di diventare o meno un artista, ha diritto ad una scatola di matite colorate e a qualche nozione di disegno e uso del colore, così ogni bambino ha diritto di conoscere il proprio corpo nei limiti delle proprie capacità, per esprimere le proprie e personali reazioni di fronte alla vita”*.

Le proposte del docente di danza saranno quindi sufficientemente aperte da ottenere dai bambini il maggior numero di risposte possibili che verranno, solo in un secondo momento, potenziate e approfondite. Il bambino sarà in grado di sviluppare una sempre più chiara immagine del proprio corpo, di applicare col tempo precisi schemi di movimento, ma senza aver represso la fase esplorativa e di conoscenza delle sue peculiari potenzialità ad ampio raggio.

Tali proposte cosiddette “AD APRIRE” prevedono un intervento dell’adulto\docente in qualità di organizzatore degli stimoli e guida verbale, molto limitatamente come figura da IMITARE, il principi dell’imitazione infatti, se utilizzato in maniera dominante, potrebbe ostacolare l’accesso verso la conoscenza di sé e condizionare il bambino nell’adesione ad un modello difficile, in seguito, da superare. Le risposte che il bambino sarà in grado di dare saranno quindi non UNA ma TANTE e l’insegnante non si troverà nella posizione di doverne escludere alcune, non pretenderà quindi aprioristicamente di determinare un’ imbarazzante distinzione tra giusto\sbagliato. Il mio personale approccio all’insegnamento della danza è arrivato dal desiderio di condividere con i bambini il piacere di DANZARE e il benessere che ne deriva. Dalle primissime osservazioni ho però scoperto che quelli troppo precocemente indirizzati verso uno studio specifico di schemi e sequenze perdevano molto presto il piacere di muoversi, finivano per essere dei mediocri esecutori di passaggi

tecnici e diminuiva in loro quasi completamente la capacità di:

- muoversi con diverse dinamiche nello spazio
- muoversi esplorando vari ritmi
- alternare il movimento delle distinte parti del corpo con un movimento globale
- giocare con qualità corporee differenti
- esplorare i livelli e l’architettura dello spazio
- entrare in relazione con gli altri.

Lo stupore più grande derivava dalla constatazione che il più delle volte i bambini stessero perdendo quello che spesso già possiedono ancor prima iniziare la lezione, in termini di spontaneità di movimento.

Uno dei principali obiettivi dei miei cicli di lezioni è stato fin da allora quello di preservare questo innato potenziale e quello di pormi, semmai, come tramite per affinare una naturale ricchezza di movimento, aiutare ad approfondire e differenziare, cercando di non perdere di vista l’obiettivo più importante, quello di vedere i bambini DANZARE ed entrare attraverso la danza in stretta relazione con gli altri.

Non ho dubbi sul fatto che i suddetti principi della didattica del movimento siano applicabili allo stesso modo al mondo musicale. Il corpo e il suono sono fin dalla fase embrionale dell’esistenza due elementi essenzialmente congiunti. La nostra vita nasce dentro un corpo e un mondo sonoro, il nostro battito cardiaco, il suono del respiro, il gorgoglio liquido del grembo materno che ci avvolge, i suoni ovattati provenienti in lontananza dall’ambiente esterno. Tutti questi elementi ci permettono di visualizzare MOVIMENTO E SUONO come entità inseparabili che insieme rappresentano il fulcro di un’unione che sta alla base della nostra vita. E’ proprio attraverso il senso dell’udito che percepiamo il nostro corpo vibrare e allo stesso tempo è il nostro corpo a produrre vibrazioni sonore nell’ambiente, uno scambio continuo che ci fa accedere anch’esso ad un livello di conoscenza della nostra interiorità. La danza può essere stimolata e prodotta dall’ascolto di una fonte musicale, quest’ultima in tal caso rappresenta un fortissimo stimolo che entra in relazione col corpo, ma si può anche generare dall’osservazione di componenti fisiologiche come il battito cardiaco e il respiro. Dalla base di questi due elementi, che si manifestano in stretta coerenza con il movimento, potremmo definire diversi parametri musicali con cui continuamente si gioca e interagisce all’interno delle lezioni di danza: ritmo, intensità, durata, silenzio\immobilità, armonia, fraseggio, accelerazione\decelerazione, velocità, timbro, componenti variabili che esprimono con chiarezza quanto il linguaggio del corpo sia saldamente connesso a quello sonoro\musicale in un’alternanza di continui equilibri e disequilibri che non smettono di produrre un intreccio, più o meno esplicito, di ‘GestiSonori’.

In tal senso opterei per una pedagogia artistica sempre più inclusiva in età infantile che tenga conto della profonda fratellanza primordiale tra danza e musica, ma che abbracci anche altri ambiti di conoscenza, creando ponti e collegamenti tra discipline, in modo da aiutare il bambino ad essere un futuro e attivo osservatore di se stesso e della complessità del mondo. Perché questo avvenga è necessario infatti che l’insegnamento sia, non un processo di trasmissione del sapere, ma esso stesso un atto artistico e virtuosistico in divenire. Insegnare la danza, la musica, o qualunque altra materia, attraverso UNA LEZIONE CHE DANZA è il segreto per accendere il desiderio ad apprendere che può portare ad un appagante senso di riuscita utile per il futuro personale di ognuno, concetto espresso chiaramente anche dal celebre psicalista Massimo Recalcati nel testo L’ORA DI LEZIONE: *“Dove c’è didattica autentica, non c’è opposizione tra istruzione ed educazione, tra contenuti cognitivi e relazione affettiva, tra nozioni e valori, perché la didattica autentica è sempre attraversata dal corpo, dalla pulsione, avendo come sua meta più alta la trasformazione degli oggetti del sapere in corpi erotici (....) E’ solo l’amore- l’eros- con quale un insegnante investe il sapere a rendere quel sapere degno di interesse per i suoi allievi, a renderlo un oggetto capace di causare il desiderio”*.

Bibliografia più che essenziale

- » Appunti e dispense del corso di Formazione in Pegagogia del Movimento LA DANZA VA A SCUOLA 2015\2016 condotto da Susanna Odovaine-Choronde Progetto Educativo-Roma
- » M.H’Doubler, *Dance-A Creative Art Experience*, (1940) London, The University of Chicago Press, 1988
- » Rudolph Laban, *La danza moderna educativa*, (1948), Ephemeria Editrice
- » Jean Le Boulch, *Lo sviluppo psicomotorio dalla nascita ai sei anni*, (1981), 1984 Armando Editore
- » Jean Le Boulch, *Verso una scienza del movimento umano*, (1971), Armando Editore 2006
- » Franca Zagatti, *Persone che danzano, spazi, modi per una danza di comunità*, MPE, Musiche Progetti Educativi 2013
- » Franca Zagatti, *La Danza Educativa. Principi metodologici e itinerari operativi per l’espressione artistica del corpo nella scuola*, MPE, Musiche Progetti Educativi 2004
- » Alessandro Pontremoli, *La Danza. Storia, teoria,estetica nel Novecento*. Edizioni Laterza 2004
- » Saggezza, Montessori. *Educare alla Libertà*, Oscar Mondadori 2015
- » Emmi Galiker, *Datemi Tempo. Lo sviluppo Autonomo dei movimenti nei primi anni di vita del bambino*. Edizioni Scientifiche
- » Umberto Galimberti, *Il Corpo*, LaFeltrinelli
- » Massimo Recalcati, *L’ora di lezione. Per un’erotica dell’insegnamento*, Einaudi Torino 2014

CHI SIAMO

PROGETTI ▾

FESTIVAL ▾

TRASPARENZA

CONTATTI

Spaziomusica è il luogo della musica d’avanguardia che nasce per sperimentare nuovi scenari del suono attraverso la ricerca, la didattica e le produzioni musicali

©Spaziomusica 2023

Via Liguria, 60 – 09127 Cagliari – Tel. e fax +39 070 400844