

IN PIEDI - SEDUTO

Pag. 24

Adesso un po'... di ginnastica musicale!
Partendo da *in piedi*, dovrai sederti e rialzarti tutte le volte che la musica sale o scende.



Come vanno le tue gambe?

CD1

TRACCIA 18

Indicazioni sul brano musicale

Il brano è essenzialmente strutturato in due azioni musicali: slanci assomiglianti a squilli che salgono verso l'alto si alternano ad effetti di caduta verso il basso nei quali emerge il suono del violoncello.

Obiettivi generali

Esercitare le prime azioni di disinibizione gesto-motoria.
Prendere coscienza e gestire con sicurezza e precisione il movimento corporeo del saliscendi. Dimostrare di saper coordinare in fretta il rapporto fra musica e corpo.
Rispettare le regole con precisione.

Obiettivi specifici

Dall'ascolto attento saper individuare i vettori di salita e di discesa della musica e saperli trasferire al gioco del saliscendi corporeo.

Percorso didattico

Spiegare il compito motorio da svolgere facendo ascoltare il brano.
Disporre gli alunni in piedi con dietro la seggiola ben collocata.
Proporre alcune prove dimostrative prima di realizzare con correttezza l'intero brano.
Controllare il rispetto delle direzioni e la sincronia fra movimento e musica e, nello stesso momento, svolgere assieme agli alunni l'attività motoria.

Andare oltre

La stessa attività si potrà svolgere in palestra invitando gli alunni a piegare le ginocchia invece di mettersi a sedere. Andando avanti nel gioco di evoluzione espressivo motoria, lo stesso brano potrà essere utilizzato in altre lezioni mutando le azioni corporee: ci si sveglia al momento degli squilli, ci si addormenta al suono cadente del violoncello, ecc. Oppure, dividendo la classe in due gruppi: un gruppo al suono degli squilli realizza movimenti corporei atletici, energici, da body-building, mentre l'altro, alla presenza delle cadute del violoncello, realizza gesti di stanchezza, di flemma, di affaticamento. Infine, perché non proporre agli alunni stessi di indicare loro personali soluzioni gesto-motorie da realizzare su questo brano? Perché non iniziare a far realizzare ad ogni singolo alunno queste soluzioni?