

## Giochi d'espressione.

### Presentazione dei giochi d'espressione

Potrebbe sembrare paradossale parlare di una "famiglia" di giochi d'espressione, dal momento che in ogni situazione di gioco é presente un carattere espressivo. Ciò che distingue la categoria dei giochi d'espressione é che in questi giochi l'espressione si pone come obiettivo prioritario. Si tratta di giochi che offrono la possibilità di scoprire e di sperimentare le proprie capacità comunicative attraverso canali meno esplorati o utilizzati normalmente in modo piuttosto rigido. Tra questi canali si possono ricordare: il corpo, la voce, il disegno, la musica, le ombre, ecc...

La ricerca espressiva può essere di tipo individuale o collettivo.

Normalmente i giochi richiedono di elaborare situazioni o temi utilizzando appunto gli strumenti comunicativi elencati sopra. Le consegne possono indicare con precisione il concetto, il tema o la situazione da elaborare oppure possono lasciare più spazio all'improvvisazione. Tale spazio deve tuttavia essere sempre garantito affinché un gioco d'espressione possa realmente essere definito tale.

Lo spazio di libertà d'espressione non esclude la possibilità di stimolare i partecipanti a curare l'esecuzione del gioco, a rifinire i dettagli e soprattutto a concludere sempre ciò che hanno intrapreso (senza evidentemente esigere livelli da accademia teatrale o artistica).

E' importante adattare le consegne all'età dei partecipanti: le consegne devono essere precise, comprensibili e realizzabili.

I giochi espressivi sono adatti a qualsiasi momento di calma ; possono essere realizzati anche all'esterno, ma richiedono comunque un ambiente raccolto che favorisca la concentrazione.

### Giochi d'espressione

Qualsiasi momento di calma, all'aperto o al chiuso (sulla spiaggia, su un prato durante la sosta d'una passeggiata. a veglia, ecc.) si presta bene a questi giochi, che non saranno necessariamente raggruppati, ma possono essere intercalati a giochi di tipo diverso.

Possiamo elencarne alcuni:

- i mestieri;
- gli oggetti (bastone, corda, palla);
- gli ambasciatori muti;
- i giornalisti stranieri;
- le coppie da mimare;
- i proverbi.

Tutti questi giochi richiedono creazione di ambienti e personaggi, evocazione di oggetti, in qualche caso invenzione di storie (le coppie, scene animate, proverbi) senza l'aiuto di alcun accessorio (salvo nel gioco degli oggetti) attraverso il solo movimento del proprio corpo.

E' importante notare che tutti questi giochi offrono la possibilità di dare ai ragazzi a livelli diversi secondo l'età un interessante spunto di ricerca nel campo delle capacità espressive del corpo umano e l'abitudine di concentrarsi su ciò che hanno prima fortemente immaginato e vissuto dentro di sé, spostando l'interesse del gioco dal desiderio di far capire (indovinare) agli altri quello che si fa, al gusto d'un approfondimento sempre maggiore di quella ricerca.

L'intervento dell'adulto in questi giochi sarà da un lato di partecipazione diretta sullo stesso piano dei ragazzi, dall'altro di stimolo ad una maggior concentrazione a tener conto di certi particolari sfuggiti; il commento non dovrà interrompere il gioco ma seguirlo. Nel giochi dove si propongono dei temi (ambasciatori muti) questi dovranno essere il più possibile

precisi nella formulazione per fare meglio da sostegno all'immaginazione (es. non lavare, ma "lavare un fazzoletto in un mastello").

### Gli ambasciatori mimati

<b>Tipo di gioco:</b> <b>Gioco espressivo</b> <b>Gioco mimato</b>
<b>Adatto per:</b> grandi gruppi <b>Fascia d'età:</b> adolescenza <b>Ambiente:</b> all'interno
<b>Descrizione del gioco:</b> Squadre di 6 - 8 giocatori. I membri di ogni squadra sono seduti molto vicini gli uni agli altri, mentre le squadre sono ben separate fra di loro. L'animatore del gioco è in un punto facilmente raggiungibile dai membri delle squadre che devono passare da un breve corridoio ed ha con sé una lista di consegne. Ogni squadra invia un delegato (l'ambasciatore) dall'animatore. Quest'ultimo gli dice sottovoce la prima consegna da mimare al gruppo. L'ambasciatore di ogni squadra ritorna veloce dal proprio gruppo e mima davanti ai suoi compagni la consegna ricevuta. Questi ultimi devono cercare di capire di che si tratta. Il giocatore del proprio gruppo che crede di aver capito, si alza e corre verso l'animatore del gioco per dirgli sottovoce la soluzione. Se la risposta è giusta gli dice sottovoce la seconda consegna che a sua volta il giocatore dovrà mimare al gruppo. Se invece la risposta non è corretta, deve ritornare al suo posto e il gruppo cercherà nuovamente di scoprire di che si tratta. Il gioco continua fino al termine della lista o dopo un determinato tempo a disposizione.
<b>Osservazioni:</b> I giocatori devono mimare la consegna. Non possono descriverla utilizzando le dita delle mani e non possono mimarla con la bocca. Cominciare con parole facili: pittore, direttore d'orchestra, albero, ombrello, libro, ecc. poi più aperte: oasi, ghiaccio, cattedrale, aereo, fucile; poi più astratte: idolo, entusiasmo, povertà, sofferenza, stupore, ecc.
<b>Materiale necessario:</b> Una lista di consegne.

### La bacchetta magica

<b>Tipo di gioco:</b> <b>Gioco espressivo</b> <b>Gioco mimato</b>
<b>Adatto per:</b> famiglia; piccoli gruppi; grandi gruppi <b>Fascia d'età:</b> infanzia; fanciullezza; adolescenza <b>Ambiente:</b> all'interno
<b>Descrizione del gioco:</b> Tutti i giocatori sono seduti in circolo. Una bacchetta "magica" circola di mano in mano tra i giocatori, che se la passano tra di loro. Ogni giocatore, se lo vuole, può andare al centro del cerchio, con la bacchetta, e,

servendosi di essa, può mimare un'azione qualsiasi.:

**Variante:**

- La bacchetta passa da un giocatore all'altro sul ritmo di una musica. La musica può essere interrotta a caso in un qualsiasi momento: la persona che, all'interruzione, si trova con in mano la bacchetta va al centro del cerchio e mima un'azione.
- Al posto della bacchetta, può essere usato un altro oggetto.

**Osservazioni:**

Età. A partire dai 6 anni.

**Materiale necessario:**

Una bacchetta.

**Alle belle statue**

**Tipo di gioco:**

**Gioco espressivo**

**Adatto per:** famiglia; piccoli gruppi; grandi gruppi

**Fascia d'età:** infanzia; fanciullezza; adolescenza

**Ambiente:** all'interno; all'aperto

**Descrizione del gioco:**

Un giocatore sta voltato contro il muro, con la testa appoggiata ad un avambraccio. Tutti gli altri sono disposti nello spazio rimanente ed assumono una posizione.

Il giocatore rivolto al muro domanda:

"Alle belle statue

d'oro e d'argento

del monumento;

è pronto il caffè?"

Alla risposta affermativa, si gira, esamina le varie statue e ne sceglie una. Chi viene scelto "sta sotto" a sua volta.

**Variante:**

Le varie statue possono avere un movimento, in tal caso il giocatore che le esamina passa dall'uno all'altra, le mette in moto, le ferma, scegliendo infine quella che più gli piace.

**Osservazioni:**

Circa dieci partecipanti.

Giocare per scegliere.

**Le canzoni**

**Tipo di gioco:**

**Gioco espressivo**

**Gioco mimato**

**Adatto per:** piccoli gruppi; grandi gruppi

**Fascia d'età:** fanciullezza; adolescenza

**Ambiente:** all'interno

**Descrizione del gioco:**

Da 2 a 5 squadre di 6 - 8 giocatori.

L'animatore del gioco dà a tutti la consegna di mimare il titolo di una canzone famosa. Ogni gruppo sceglierà la canzone che desidera proporre. Viene accordato un tempo di 5 minuti di preparazione in un luogo appartato, poi ogni squadra presenta in sala il suo mimo. Al termine della rappresentazione (solo al termine) gli spettatori cercheranno di scoprire di che canzone si tratta .

**Osservazioni:**

Questo tipo di gioco si svolge con successo in gruppi che hanno sviluppato al loro interno un'atmosfera di fiducia e di reciproco rispetto.

**Che cosa mi ricorda?**

**Tipo di gioco:**

**Gioco espressivo**

**Gioco mimato**

**Adatto per:** piccoli gruppi; grandi gruppi

**Fascia d'età:** fanciullezza; adolescenza

**Ambiente:** all'interno

**Descrizione del gioco:**

Tutti i partecipanti si dispongono in cerchio. Il conduttore entra nel cerchio. Ha in mano un oggetto (bastone, cerchio, corda, pallone) e con questo mima un'azione. Finita la sua azione mimica, lascia l'oggetto nel cerchio. A turno, e liberamente, i partecipanti si avvicendano nella trasformazione fantastica dell'oggetto. Il bastone potrà diventare ad esempio un cannocchiale, un'altalena, un cavallo, ... Prima variante: possono essere messi nel cerchio più oggetti e, dopo un certo tempo, il mimo può essere effettuato da più partecipanti assieme. Seconda variante: mentre un partecipante mima l'azione all'interno del cerchio, gli altri partecipanti, capita l'azione rappresentata, l'accompagnano con rumori, suoni, onomatopee che i movimenti del mimo suggeriscono. La sonorizzazione deve tuttavia sempre fungere da sottofondo e non prendere il sopravvento sull'azione mimica.

**Materiale necessario:**

Oggetti

**Costruzioni viventi**

**Tipo di gioco:**

**Gioco espressivo**

**Gioco mimato**

**Adatto per:** piccoli gruppi; grandi gruppi

**Fascia d'età:** adolescenza

**Ambiente:** all'interno

**Descrizione del gioco:**

Ogni équipe di giocatori, a turno, deve rappresentare staticamente, una costruzione, un arredamento, un insieme qualsiasi che possiamo trovare nella natura o che l'uomo ha costruito.

Ogni squadra presenta il suo "quadro" e, al termine della composizione, gli altri tenteranno di scoprire di che si tratta.

Esempi:

mulino - albero - battello - fontana - pompa di benzina - ponte - pozzo - gru - camino - faro

- scala - vettura - moto - chiesa - treno - ecc.

**Osservazioni:**

Squadre di 6 - 8 giocatori.

Mentre una squadra si prepara, è consigliabile che gli altri non osservino il modo con il quale costruiscono la loro opera, al fine di scoprirla con un sol colpo d'occhio.

**Dimmi che mi ami**

**Tipo di gioco:**

**Gioco espressivo**

**Gioco d'ambiente**

**Adatto per:** piccoli gruppi; grandi gruppi

**Fascia d'età:** adolescenza

**Ambiente:** all'interno

**Descrizione del gioco:**

In cerchio, la persona al centro deve rivolgersi ad un partecipante seduto nel cerchio per farlo sorridere e dirgli: "Abele, amore mio, ti amo tantissimo, se mi ami, sorridimi .....", e Abele deve rispondere, senza ridere altrimenti va al centro: "Caino, tesoro mio, io ti amo tanto ma non ti sorriderò".

**Osservazioni:**

Eseguire questo gioco solo in presenza di un gruppo affiatato e che abbia maturato le condizioni di fiducia e di rispetto necessarie per mettere a proprio agio e in piena libertà i partecipanti al gioco.

**La fattoria degli animali**

**Tipo di gioco:**

**Gioco espressivo**

**Gioco d'ambiente**

**Adatto per:** piccoli gruppi; grandi gruppi

**Fascia d'età:** infanzia; fanciullezza; adolescenza

**Ambiente:** all'interno

**Descrizione del gioco:**

Tutti i giocatori sono seduti in cerchio.

A ciascun partecipante viene dato un bigliettino ripiegato, su cui è disegnato o scritto il nome di un animale. Ognuno legge il proprio bigliettino, senza farlo vedere agli altri partecipanti al gioco.

Quando tutti sono in possesso del proprio biglietto ad un segnale convenuto, il gioco comincia: tutti i partecipanti, contemporaneamente, si alzano in piedi e si muovono nel cerchio facendo ciascuno il verso dell'animale segnato sul biglietto che gli è stato consegnato; essi cercano di individuare tutti gli altri appartenenti alla propria famiglia "animale" (il riconoscimento avviene soltanto attraverso l'emissione del verso dell'animale). I componenti la stessa famiglia, tenendosi sotto braccio, una volta che hanno constatato che la famiglia è completa, vanno a sedere.

Quando tutte le famiglie si sono formate e la calma è tornata nella fattoria, le famiglie si presentano una alla volta, facendo un giro all'interno del cerchio ed emettendo il proprio verso caratteristico.

**Osservazioni:**

Età. A partire da 6 anni.

**Materiale necessario:**

Tanti fogliettini quanti sono i partecipanti al gioco.

**Film famosi****Tipo di gioco:**

**Gioco espressivo**

**Gioco mimato**

**Adatto per:** piccoli gruppi; grandi gruppi

**Fascia d'età:** fanciullezza; adolescenza

**Ambiente:** all'interno

**Descrizione del gioco:**

Da 2 a 5 squadre di 6 - 8 giocatori.

L'animatore del gioco dà a tutti la consegna di mimare il titolo di un film famoso. Ogni gruppo sceglierà il film che desidera proporre.

Viene accordato un tempo di 5 minuti di preparazione in un luogo appartato, poi ogni squadra presenta in sala il suo mimo.

Al termine della rappresentazione (solo al termine) gli spettatori cercheranno di scoprire di che film si tratta .

**Osservazioni:**

Questo tipo di gioco si svolge con successo in gruppi che hanno sviluppato al loro interno un'atmosfera di fiducia e di reciproco rispetto.

**I fumetti****Tipo di gioco:**

**Gioco espressivo**

**Gioco mimato**

**Adatto per:** piccoli gruppi; grandi gruppi

**Fascia d'età:** fanciullezza; adolescenza

**Ambiente:** all'interno

**Descrizione del gioco:**

Da 2 a 5 squadre di 6 - 8 giocatori.

L'animatore del gioco dà a tutti la consegna di mimare il titolo di un fumetto famoso. Ogni gruppo sceglierà il fumetto che desidera proporre.

Viene accordato un tempo di 5 minuti di preparazione in un luogo appartato, poi ogni squadra presenta in sala il suo mimo.

Al termine della rappresentazione (solo al termine) gli spettatori cercheranno di scoprire di che fumetto si tratta .

**Osservazioni:**

Questo tipo di gioco si svolge con successo in gruppi che hanno sviluppato al loro interno un'atmosfera di fiducia e di reciproco rispetto.

### Gesto ripetuto, gesto inventato

<b>Tipo di gioco:</b> Gioco espressivo
<b>Adatto per:</b> piccoli gruppi; grandi gruppi <b>Fascia d'età:</b> fanciullezza; adolescenza <b>Ambiente:</b> all'interno
<b>Descrizione del gioco:</b> Tutti i partecipanti si dispongono in piedi formando un cerchio. Due o tre di loro contemporaneamente inventano un gesto proprio (ciascuno il suo) che accompagnano con un proprio rumore o suono fatto con la bocca, le mani o i piedi e lo ripetono ritmicamente in modo che il gesto-suono inventato assuma quasi la cadenza di un passo di "danza". Dopo una breve esecuzione del proprio "passo" all'interno del cerchio, ciascun esecutore liberamente si porrà di fronte a uno dei partecipanti rimasto fermo in cerchio, invitandolo ad imitare il "passo" inventato. L'imitatore" si staccherà dal cerchio ripetendo il gesto-suono, mentre colui che glielo ha offerto si fermerà al suo posto nel cerchio. Muovendosi all'interno del cerchio, il secondo partecipante modificherà il gesto-suono ricevuto, inventandone uno proprio. A sua volta si porrà di fronte a un altro partecipante. Il gioco procederà così in una serie di imitazioni-invenzioni.
<b>Osservazioni:</b> Gioco di improvvisazione mimico ritmica. All'interno del cerchio ci saranno sempre due o tre "danzatori " contemporaneamente.

### Gioco degli "ateliers"

<b>Tipo di gioco:</b> Gioco espressivo Gioco mimato
<b>Adatto per:</b> grandi gruppi <b>Fascia d'età:</b> fanciullezza; adolescenza <b>Ambiente:</b> all'interno
<b>Descrizione del gioco:</b> Si formano dei gruppi. Ogni gruppo dovrà rappresentare sei attrezzi che si usano nella bottega di un artigiano o di un artista (falegname, pittore,...), utilizzando soltanto il corpo o la voce per riprodurre il suono e la funzione dell'oggetto. Per la preparazione si hanno a disposizione 5 minuti. Ogni gruppo presenta un quadro d'insieme del lavoro all'interno dell'atelier. In seguito l'attrezzo viene presentato al pubblico, che deve indovinare di che cosa si tratta.

### Gioco del mercato

<b>Tipo di gioco:</b> Gioco espressivo Gioco d'ambiente
<b>Adatto per:</b> famiglia; piccoli gruppi; grandi gruppi <b>Fascia d'età:</b> adolescenza <b>Ambiente:</b> all'interno
<b>Descrizione del gioco:</b>

Alcuni giocatori numerati impersonificano i venditori al mercato. Quando l'animatore del gioco dirà un numero, il venditore che ha quel numero si metterà ad elogiare la sua merce. Al numero dieci tutti interverranno al mercato facendo compere e critiche sulla merce. Succederà un caos infernale.

### I mostri

**Tipo di gioco:**  
**Gioco espressivo**

**Adatto per:** grandi gruppi  
**Fascia d'età:** fanciullezza; adolescenza  
**Ambiente:** all'interno; all'aperto

**Descrizione del gioco:**

I partecipanti si dividono in gruppi di 5-8 persone. Ogni gruppo inventa / crea un "mostro" composto dai corpi di tutti i componenti. Il mostro deve essere in grado di spostarsi nello spazio. Vengono ricercate tutte le possibilità di assemblare i corpi, di salire gli uni sugli altri, di sostenersi e di rendere espressiva la massa ottenuta. Quando il mostro ha preso forma, comincia a muoversi nello spazio. I suoi spostamenti possono essere sottolineati da suoni e rumori.

### Gli oggetti per il mimo

**Tipo di gioco:**  
**Gioco espressivo**  
**Gioco mimato**

**Adatto per:** famiglia; piccoli gruppi; grandi gruppi  
**Fascia d'età:** infanzia; fanciullezza; adolescenza  
**Ambiente:** all'interno

**Descrizione del gioco:**

Un oggetto viene disposto al centro di un cerchio. L'animatore dà il segnale e un giocatore che si sente ispirato si alza, prende l'oggetto e l'utilizza per una breve sequenza mimata e improvvisata. L'oggetto non deve mai essere utilizzato in funzione di ciò che è realmente. Il giocatore ripone l'oggetto quando ha terminato e quando uno dei presenti ha indovinato ciò che voleva rappresentare.

Dopo diverse rappresentazioni l'animatore del gioco può cambiare l'oggetto (palla, foulard, bastone, ecc.)

**Materiale necessario:**

Palla, foulard, bastone, ecc.

### Che oggetto porto sulla schiena ?

**Tipo di gioco:**  
**Gioco espressivo**  
**Gioco mimato**

**Adatto per:** piccoli gruppi; grandi gruppi  
**Fascia d'età:** fanciullezza; adolescenza  
**Ambiente:** all'interno



**Descrizione del gioco:**

I partecipanti sono sparsi nella sala. Ciascuno di essi ha appeso sulla schiena un foglio o cartoncino con il nome o l'immagine di un oggetto (ad esempio: matita, bottone, ..). Il foglio deve essere appeso da un altro giocatore in modo che chi lo porta non sappia cosa c'è scritto o illustrato. Al via i giocatori si aggirano per la sala. Quando due giocatori si incontrano ciascuno mostra all'altro il foglio che ha sulla schiena. Un giocatore mima all'altro l'oggetto in questione per farglielo indovinare. Ha diritto a mimare una sola volta. Poi i due giocatori si invertono i ruoli e il secondo a suo turno cerca di indovinare. Se uno dei giocatori indovina il compagno lo avverte. Il giocatore va dal conduttore del gioco, si fa togliere il foglio e si pone i lati della sala. Se due giocatori dopo l'incontro, non hanno scoperto il proprio oggetto, si separano e cercano nuovi compagni. Possono coinvolgere anche i partecipanti che hanno già scoperto il proprio oggetto.

**Osservazioni:**

Il medesimo gioco può essere eseguito scegliendo una categoria di cose da mimare diversa dagli oggetti: animali, azioni, elementi della natura, ecc..

**Materiale necessario:**

Foglietti da appendere.

**Penitenze nella scatola****Tipo di gioco:**

**Gioco espressivo**

**Gioco d'ambiente**

**Adatto per:** famiglia; piccoli gruppi; grandi gruppi

**Fascia d'età:** fanciullezza; adolescenza

**Ambiente:** all'interno

**Descrizione del gioco:**

Giocatori in cerchio.

A suon di musica si fa passare una scatola con alcuni (7) biglietti con scritte delle penitenze (cantare, imitare, recitare, mimare, inventare una danza, fare un discorso su un argomento dato, ecc.).

Chi ha la scatola quando la musica cessa, sceglie un biglietto (piegato) ed esegue.

**Osservazioni:**

Eseguire questo gioco solo in presenza di un gruppo affiatato e che abbia maturato le condizioni di rispetto necessarie per mettere a proprio agio i partecipanti al gioco.

**Materiale necessario:**

Registratore e cassetta musicale, scatola, biglietti di carta piegati.

**Il ponte di Avignone****Tipo di gioco:**

**Gioco espressivo**

**Gioco mimato**

**Adatto per:** famiglia; piccoli gruppi

**Fascia d'età:** infanzia; fanciullezza; adolescenza

**Ambiente:** all'interno; all'aperto

**Descrizione del gioco:**

Due linee parallele segnate sul suolo, rappresentanti il ponte di Avignone, su cui passano i personaggi. Tutti i giocatori si trovano da una parte del "ponte".

Per poter attraversare il ponte, i partecipanti al gioco debbono rappresentare un personaggio, o un animale, senza utilizzare la parola. La sorte stabilisce chi dà inizio al gioco. Costui imita gli atteggiamenti caratteristici di un mestiere o di un personaggio.

Tutti gli altri giocatori, uno per volta, attraversano il "ponte" sviluppando, ciascuno a modo suo, l'argomento proposto, sempre muovendosi senza l'uso della parola, possono fare il verso dell'animale o il rumore provocato dal mestiere.

**Osservazioni:**

Età. A partire dai 5/6 anni.

Partecipanti. Piccolo gruppo, fino ad una decina di giocatori.

**I popoli della terra****Tipo di gioco:**

**Gioco espressivo**

**Gioco mimato**

**Adatto per:** piccoli gruppi; grandi gruppi

**Fascia d'età:** fanciullezza; adolescenza

**Ambiente:** all'interno

**Descrizione del gioco:**

Da 2 a 5 squadre di 6 - 8 giocatori.

L'animatore del gioco dà a tutti la consegna di mimare una scena di un popolo della terra. Ogni gruppo sceglierà il popolo della terra che desidera proporre.

Viene accordato un tempo di 5 minuti di preparazione in un luogo appartato, poi ogni squadra presenta in sala il suo mimo.

Al termine della rappresentazione (solo al termine) gli spettatori cercheranno di scoprire di che popolo si tratta .

**Osservazioni:**

Questo tipo di gioco si svolge con successo in gruppi che hanno sviluppato al loro interno un'atmosfera di fiducia e di reciproco rispetto.

**I proverbi****Tipo di gioco:**

**Gioco espressivo**

**Gioco mimato**

**Adatto per:** piccoli gruppi; grandi gruppi

**Fascia d'età:** fanciullezza; adolescenza

**Ambiente:** all'interno

**Descrizione del gioco:**

Squadre di 6 - 8 giocatori.

L'animatore del gioco dà a tutti da mimare un proverbio.

Le squadre si appartano in un loro locale ed hanno a disposizione 4/5 minuti per preparare una scenetta mimata.

Al termine di questo periodo, le squadre si ritrovano tutte in una sala e ogni gruppo

esibisce la propria scenetta davanti agli altri. Solo una volta terminata la rappresentazione gli spettatori potranno indovinare di che si tratta.

**Osservazioni:**

Questo tipo di gioco si svolge con successo in gruppi che hanno sviluppato al loro interno un'atmosfera di fiducia e di reciproco rispetto.

**Il re del silenzio**

**Tipo di gioco:**

**Gioco espressivo**

**Gioco d'ambiente**

**Adatto per:** famiglia; piccoli gruppi; grandi gruppi

**Fascia d'età:** infanzia; fanciullezza; adolescenza

**Ambiente:** all'interno; all'aperto

**Descrizione del gioco:**

Preparare un rango di alcune sedie di cui una, al centro, rappresenta il trono.

I giocatori sono disposti a semicerchio guardando le sedie.

Un bambino è consacrato "re del silenzio". Deve scegliersi dei ministri: indicherà quindi via via uno dei giocatori, che dovrà presentarsi a lui senza rumori, senza sorridere, senza parlare.

Se questi perde la serietà, tocca a un altro.

Il re tenta di far ridere i candidati.

Chi riesce a star serio diventa ministro.

Anche i ministri possono collaborare col re a far ridere i candidati, ma se ridono vengono revocati.

**Materiale necessario:**

Sedie

**Ricostruisci la statua**

**Tipo di gioco:**

**Gioco espressivo**

**Gioco d'ambiente**

**Adatto per:** famiglia; piccoli gruppi

**Fascia d'età:** fanciullezza; adolescenza

**Ambiente:** all'interno; all'aperto

**Descrizione del gioco:**

A tre dei partecipanti vengono affidati il ruolo di: "artista", "creta" e "statua". L'artista e la creta escono dal locale, mentre gli altri partecipanti costruiscono la statua facendo assumere a chi ha questo ruolo una posizione plastica, eventualmente aggiungendo anche degli oggetti. Quando l'opera è compiuta si chiama l'artista il quale deve osservare la statua immobile e fissare nella sua mente la posizione plastica in generale, i particolari (le mani, i piedi, ..) e gli eventuali oggetti. Quando l'artista pensa di aver registrato la posizione della statua, quest'ultima si disfa lasciando gli eventuali oggetti sparsi a terra. Si fa entrare la creta che non ha visto la posizione della statua. L'artista ha il compito di ricostruire la statua con la creta, ma lo deve fare voltandole le spalle e modellandola con le parole, non con le mani. La voce dell'artista dà indicazioni alla creta circa la posizione da assumere.

**Osservazioni:**

Più le indicazioni sono precise, più la nuova statua corrisponderà al modello precedente. Nessun suggerimento può essere dato all'artista che, quando riterrà di aver finito potrà girarsi a contemplare la nuova opera.

**Materiale necessario:**

Una sedia, eventuali oggetti.

### Lo scatolino

**Tipo di gioco:**

**Gioco espressivo**

**Gioco mimato**

**Adatto per:** famiglia; piccoli gruppi; grandi gruppi

**Fascia d'età:** infanzia; fanciullezza

**Ambiente:** all'interno; all'aperto

**Descrizione del gioco:**

Tutti i partecipanti sono invitati a mettersi a terra raccogliendo il corpo su se stessi , ... a "chiudersi come uno scatolino".

Il conduttore dice lentamente :

"Lo scatolino si apre ed escono fuori ... tante rane".

I partecipanti, tutti assieme, mimano le rane.

Al segnale del conduttore : "Lo scatolino si chiude" tutti si richiudono.

Il ruolo del conduttore può successivamente essere assunto a turno da tutti i partecipanti.

Le parole suggerite per la mimica possono indicare sia cose concrete che astratte: animali, vegetali, oggetti, mestieri, fenomeni atmosferici, sentimenti, stati d'animo, ecc.

Eventualmente l'animatore può essere sostituito da un bambino, favorendo in tal modo lo sviluppo della fantasia.

**Osservazioni:**

Improvvisazione mimica collettiva.

### Il serraglio

**Tipo di gioco:**

**Gioco espressivo**

**Gioco d'ambiente**

**Adatto per:** grandi gruppi

**Fascia d'età:** fanciullezza; adolescenza

**Ambiente:** all'interno

**Descrizione del gioco:**

L'animatore del gioco distribuisce a ogni giocatore un bigliettino con scritto il nome di un animale.

Gruppi di cinque o sei animali uguali. Un giocatore rimarrà invece solo con il suo animale.

Al via tutti si alzano, facendo il verso dell'animale fin che il gruppo si sarà riunito. Al termine del gioco ogni gruppo verrà invitato dall'animatore del gioco a presentare agli altri il verso dell'animale.

**Materiale necessario:**

Foglietti di carta.

## I soprannomi

**Tipo di gioco:**  
**Gioco espressivo**  
**Gioco mimato**

**Adatto per:** famiglia; piccoli gruppi; grandi gruppi  
**Fascia d'età:** fanciullezza; adolescenza  
**Ambiente:** all'interno;

### Descrizione del gioco:

In questo paese le persone si chiamano con dei soprannomi che riflettono il comportamento o il loro mestiere. Sapreste riconoscerli ?

L'animatore distribuisce dei cartoni sopra i quali sono stati scritti dei soprannomi del tipo: "l'indiano" - "il ladro" - "l'esploratore" - "il cacciatore" - "il marinaio" - "il timido" - "lo sportivo" - "la vedette del cinema" - "il manichino" - "la fiorista" - "la contadina" - "il cavaliere" - "il motociclista" - ecc.

A turno, ogni giocatore viene al centro del cerchio e mima il suo soprannome, che gli altri al termine della rappresentazione devono evidentemente indovinare.

### Materiale necessario:

Cartoncini preparati con dei soprannomi caratteristici e adatti all'età dei giocatori.

## Gli sportivi

**Tipo di gioco:**  
**Gioco espressivo**  
**Gioco mimato**

**Adatto per:** famiglia; piccoli gruppi; grandi gruppi  
**Fascia d'età:** fanciullezza; adolescenza  
**Ambiente:** all'interno

### Descrizione del gioco:

I giocatori sono seduti in cerchio.

Ognuno a turno ha la possibilità di entrare nel cerchio e di mimare uno sport. Quando il primo partecipante ha terminato di mimare lo sport scelto, gli spettatori possono indovinare di che si tratta. Dopo di che entra un altro giocatore e così di seguito.

Esempi di sports da mimare:

ciclismo - baseball - lancio del giavellotto - lancio del disco - salto con gli sci - boxe - sollevamento pesi - tiro con l'arco - lancio del peso - tuffi - golf - nuoto - sci - sci di fondo - canoa - tennis - scalata - corsa a ostacoli - pattinaggio artistico - ecc.

### Osservazioni:

Questo tipo di gioco si svolge con successo in gruppi che hanno sviluppato al loro interno un'atmosfera di fiducia e di reciproco rispetto.

## La stagione

**Tipo di gioco:**  
**Gioco espressivo**  
**Gioco mimato**

**Adatto per:** famiglia; piccoli gruppi; grandi gruppi  
**Fascia d'età:** infanzia; fanciullezza; adolescenza

**Ambiente:** **all'interno**

**Descrizione del gioco:**

Con alcuni gesti caratteristici si tratta, senza pronunciare una sola parola, di far comprendere in quale stagione si situa l'azione dopo una breve preparazione.

Esempi:

Inverno: fare delle palle di neve e lanciarle; sciare; ecc.

Primavera: cogliere dei fiori; ascoltare il cinguettio degli uccelli; ecc.

Estate: giocare sulla spiaggia.; fare i bagni di sole; ecc.

Autunno: raccogliere foglie; cogliere frutti sugli alberi; scene di caccia; ecc.

**Osservazioni:**

Si gioca indifferentemente soli, a 2 o in équipe.

**La storia infinita**

**Tipo di gioco:**

**Gioco espressivo**

**Adatto per:** **piccoli gruppi; grandi gruppi**

**Fascia d'età:** **infanzia; fanciullezza**

**Ambiente:** **all'interno**

**Descrizione del gioco:**

Il gioco consiste nel creare una storia collettiva. Ci si dispone su un grande cerchio. Il conduttore va a sedersi all'interno del cerchio e comincia la storia con una piccola frase. In seguito - chi vuole - aggiunge liberamente un pezzo alla storia andandosi a sedere accanto al conduttore. Si formerà un cerchio più piccolo all'interno e con esso una storia.

**Trasmissione di immagini**

**Tipo di gioco:**

**Gioco espressivo**

**Gioco di disegno**

**Adatto per:** **piccoli gruppi; grandi gruppi**

**Fascia d'età:** **adolescenza**

**Ambiente:** **all'interno**

**Descrizione del gioco:**

I giocatori prendono posto uno dietro l'altro, squadra per squadra, di fronte all'animatore del gioco. Ciascun primo di ogni fila va dall'animatore del gioco che per pochi istanti mostra loro un disegno complesso, ritornano al loro posto e trasmettono al compagno in testa alla fila un particolare del disegno osservato, mormorandoglielo nell'orecchio. Questi lo comunica al terzo e così via.

L'ultimo fa la rappresentazione su un foglio di carta. Senza interruzione i capofila continuano a raccogliere i particolari e a trasmetterli fino all'esaurimento di essi. A questo punto si fa l'esposizione dei disegni delle diverse squadre per poter esaminare come i diversi particolari siano stati esaminati, trasmessi e riprodotti.

**Materiale necessario:**

Fogli da disegno e matite.

## Il direttore d'orchestra

**Tipo di gioco:**  
**Gioco espressivo**

**Adatto per:** famiglia; piccoli gruppi; grandi gruppi  
**Fascia d'età:** infanzia; fanciullezza; adolescenza  
**Ambiente:** all'aperto

**Descrizione del gioco:**

Tutti i partecipanti sono seduti in cerchio e partecipano al gioco.  
2 - 3 - 4 volontari sono accompagnati dall'animatore del gioco fuori dalla porta affinché non sentano ciò che accade in sala.  
Nel frattempo in sala i giocatori organizzano un'orchestra e designano uno di loro "direttore d'orchestra".  
Il direttore dirige l'orchestra con vari movimenti che riconducono a strumenti musicali e tutti dovranno attentamente imitarlo. Nel frattempo l'animatore del gioco ha già fatto entrare il primo dei giocatori che era uscito dalla porta e lo ha portato al centro della sala. Mentre gli altri suonano gli spiegherà cosa accade ed il compito che lo aspetta: individuare il direttore d'orchestra che accortamente cambierà lo strumento da imitare.

**Osservazioni:**

Gioco da eseguire in un gruppo sufficientemente affiatato e che abbia maturato le condizioni di rispetto necessarie per mettere a proprio agio i partecipanti al gioco.

### L'oggetto in cascata

**Tipo di gioco:**  
**Gioco espressivo**  
**Gioco mimato**

**Adatto per:** famiglia; piccoli gruppi; grandi gruppi  
**Fascia d'età:** fanciullezza; adolescenza  
**Ambiente:** all'interno

**Descrizione del gioco:**

L'animatore propone a 5 o 6 giocatori di uscire dalla sala, di numerarsi e d'attendere il loro turno per ritornare. Il giocatore numero 1 entra e guarda l'animatore (o un altro giocatore) che mima un oggetto preciso. Per esempio: un apriscatole - un aspirapolvere - un cava tappi - un violino - una rete per farfalle - una pila da tasca - un mangiacassette - ecc. Ben inteso, l'animatore ha spiegato agli spettatori, prima dell'entrata del giocatore numero 1, quale oggetto viene rappresentato. Il giocatore numero 1, alla fine del mimo eseguito dall'animatore, cita il nome dell'oggetto che crede d'aver riconosciuto. A questo punto si fa entrare il giocatore numero 2, che guarda a sua volta il mimo che sarà effettuato questa volta dal giocatore numero 1. Quest'ultimo ha ricevuto come consegna di riprodurre il più esattamente possibile ciò che ha visto realizzarsi in precedenza. E così di seguito fino all'ultimo giocatore che dovrà dire di che oggetto si trattava.

**Osservazioni:**

Si gioca isolatamente, ma davanti a spettatori che guardano. Ciononostante diversi giocatori si succedono per mimare davanti agli altri, senza assistere a quello che è stato presentato prima del loro passaggio. E' quindi consigliabile proporre questo tipo di gioco con gruppi affiatati e dopo aver proposto altri giochi di mimo di gruppo.

## La macchina

<b>Tipo di gioco:</b> <b>Gioco espressivo</b>
<b>Adatto per:</b> <b>grandi gruppi</b> <b>Fascia d'età:</b> <b>fanciullezza; adolescenza</b> <b>Ambiente:</b> <b>all'interno</b>
<b>Descrizione del gioco:</b> In una città c'è bisogno di una macchina ma mancano gli ingegneri, perciò gli abitanti decidono di costruirla loro. Un giocatore va in mezzo e inizia un movimento meccanizzato e ritmico. Chi vuole può unirsi inventando un suo movimento, così via inventando la macchina. Al movimento si può unire il suono.

### Il bambino costruisce

<b>Tipo di gioco:</b> <b>Gioco espressivo</b>
<b>Adatto per:</b> <b>grandi gruppi</b> <b>Fascia d'età:</b> <b>fanciullezza; adolescenza</b> <b>Ambiente:</b> <b>all'interno</b>
<b>Descrizione del gioco:</b> Tutti i giocatori sono in cerchio. L'animatore del gioco dice che ha bisogno della collaborazione dei presenti per permettere al bambino (lui stesso) di costruirsi le sue cose ed i suoi giocattoli. Poi prosegue dicendo: tutti voi siete i miei cubetti ed io che sono piccolo voglio costruire un fiore. A questo punto chi vuole entra nel cerchio e con i corpi inizia la costruzione del fiore. Il bambino dirà d'essere contento e continuerà a giocare dicendo, per es.: una pendola, un'auto, un orsacchiotto, ecc.

### L'orchestra

<b>Tipo di gioco:</b> <b>Gioco espressivo</b> <b>Gioco musicale</b>
<b>Adatto per:</b> <b>piccoli gruppi; grandi gruppi</b> <b>Fascia d'età:</b> <b>fanciullezza; adolescenza</b> <b>Ambiente:</b> <b>all'interno</b>
<b>Descrizione del gioco:</b> Il gruppo dei partecipanti si dispone seduto in cerchio volgendo le spalle al conduttore (guardano verso l'esterno) che si trova all'interno. Ogni partecipante emette un suono, un rumore, ...che ripete sempre uguale, ogni volta che il conduttore lo tocca sulla spalla. Il conduttore si sposta rapidamente da un partecipante all'altro e, toccandogli la spalla, compone una "sinfonia". Successivamente il conduttore invita un partecipante ad entrare nel cerchio con lui e contemporaneamente suoneranno a quattro mani i vari "strumenti".
<b>Osservazioni:</b> I partecipanti devono poter aderire volontariamente al gioco dopo essere stato presentato dall'animatore. Questo per non mettere a disagio chi invece potrebbe trovarsi in imbarazzo



durante lo svolgimento del gioco..

### Flash con oggetti

**Tipo di gioco:**  
Gioco espressivo  
Gioco mimato

**Adatto per:** piccoli gruppi; grandi gruppi  
**Fascia d'età:** fanciullezza; adolescenza  
**Ambiente:** all'interno

**Descrizione del gioco:**

I partecipanti si dispongono in cerchio. L'animatore ha di fronte e se una valigia nella quale nasconde degli oggetti. Due partecipanti possono alzarsi e recarsi dall'animatore il quale affida loro un oggetto a sorpresa.

Alla coppia si concedono alcuni secondi per accordarsi, poi nasce una breve scena d'improvvisazione.

Lo stesso gioco può essere eseguito sostituendo gli oggetti con cappelli di diversa foggia da far indossare agli improvvisatori.

**Osservazioni:**

Improvvisazione. Partecipazione libera e spontanea.

### Un'epoca storica

**Tipo di gioco:**  
Gioco espressivo  
Gioco mimato

**Adatto per:** piccoli gruppi; grandi gruppi  
**Fascia d'età:** fanciullezza; adolescenza  
**Ambiente:** all'interno

**Descrizione del gioco:**

Da 2 a 5 squadre di 6 - 8 giocatori.

L'animatore del gioco dà a tutti la consegna di mimare una scena di un'epoca storica. Ogni gruppo sceglierà l'epoca che desidera proporre.

Viene accordato un tempo di 5 minuti di preparazione in un luogo appartato, poi ogni squadra presenta in sala il suo mimo.

Al termine della rappresentazione (solo al termine) gli spettatori cercheranno di scoprire di che epoca si tratta .

**Osservazioni:**

Questo tipo di gioco si svolge con successo in gruppi che hanno sviluppato al loro interno un'atmosfera di fiducia e di reciproco rispetto.

### Quattro elementi

**Tipo di gioco:**  
Gioco espressivo  
Gioco mimato

**Adatto per:** grandi gruppi  
**Fascia d'età:** fanciullezza; adolescenza

**Ambiente:** **all'interno**

**Descrizione del gioco:**

4 squadre di 6 - 8 giocatori.

L'animatore del gioco dà a una squadra la consegna di mimare il "fuoco", all'altra l'"acqua", all'altra la "terra" e all'ultima l'"aria".

Viene accordato un tempo di 5 minuti di preparazione in un luogo appartato, poi ogni squadra presenta in sala il suo mimo.

Al termine della rappresentazione (solo al termine) gli spettatori cercheranno di scoprire di che elemento si tratta .

**Osservazioni:**

Questo tipo di gioco si svolge con successo in gruppi che hanno sviluppato al loro interno un'atmosfera di fiducia e di reciproco rispetto.

**Quattro stagioni**

**Tipo di gioco:**

**Gioco espressivo**

**Gioco mimato**

**Adatto per:** **grandi gruppi**

**Fascia d'età:** **fanciullezza; adolescenza**

**Ambiente:** **all'interno**

**Descrizione del gioco:**

4 squadre di 6 - 8 giocatori.

L'animatore del gioco dà a una squadra la consegna di mimare l'"inverno", all'altra la "primavera", all'altra l'"estate" e all'ultima l'"autunno".

Viene accordato un tempo di 5 minuti di preparazione in un luogo appartato, poi ogni squadra presenta in sala il suo mimo.

Al termine della rappresentazione (solo al termine) gli spettatori cercheranno di scoprire di che stagione si tratta .

**Osservazioni:**

Questo tipo di gioco si svolge con successo in gruppi che hanno sviluppato al loro interno un'atmosfera di fiducia e di reciproco rispetto.

**Le tavole storiche**

**Tipo di gioco:**

**Gioco espressivo**

**Gioco mimato**

**Adatto per:** **piccoli gruppi; grandi gruppi**

**Fascia d'età:** **fanciullezza; adolescenza**

**Ambiente:** **all'interno**

**Descrizione del gioco:**

Da 2 a 5 squadre di 6 - 8 giocatori.

L'animatore del gioco dà a tutti da mimare una consegna precisa concernente, per esempio: un avvenimento storico, o folcloristico, o mitologico, o leggendario.

Le squadre presentano una scenetta che costituisce di fatto una tavola storica.

Viene accordato un tempo di 5 minuti di preparazione in un luogo appartato, poi ogni

squadra presenta in sala il suo mimo.

Al termine della rappresentazione (solo al termine) gli spettatori cercheranno di scoprire di che cosa si tratta ed il nome dei personaggi storici.

**Osservazioni:**

Questo tipo di gioco si svolge con successo in gruppi che hanno sviluppato al loro interno un'atmosfera di fiducia e di reciproco rispetto.

**Le fiabe**

**Tipo di gioco:**

**Gioco espressivo**

**Gioco mimato**

**Adatto per:** piccoli gruppi; grandi gruppi

**Fascia d'età:** fanciullezza; adolescenza

**Ambiente:** all'interno

**Descrizione del gioco:**

Da 2 a 5 squadre di 6 - 8 giocatori.

L'animatore del gioco dà a tutti la consegna di mimare il titolo di una fiaba famosa. Ogni gruppo sceglierà la fiaba che desidera proporre.

Viene accordato un tempo di 5 minuti di preparazione in un luogo appartato, poi ogni squadra presenta in sala il suo mimo.

Al termine della rappresentazione (solo al termine) gli spettatori cercheranno di scoprire di che fiaba si tratta .

**Osservazioni:**

Questo tipo di gioco si svolge con successo in gruppi che hanno sviluppato al loro interno un'atmosfera di fiducia e di reciproco rispetto.

**Giochi di contatto e concentrazione.**

**I pianeti**

**Tipo di gioco:**

**Gioco espressivo**

**Gioco di animazione teatrale**

**Gioco di contatto e concentrazione**

**Adatto per:** piccoli gruppi grandi gruppi

**Fascia d'età:** infanzia fanciullezza adolescenza

**Ambiente:** all'interno

**Descrizione del gioco:**

Si delimitano tre spazi concentrici sul pavimento. Ogni membro del gruppo è un pianeta che si muove nello spazio. Il conduttore indica di volta in volta, entro quale dei tre spazi (piccolo, medio, grande) il gruppo deve muoversi. I pianeti si avvicinano o si allontanano sempre rispettando l'autonomia di ciascuno, cioè senza scontrarsi. Il conduttore può suggerire anche di aumentare la velocità degli spostamenti.

**Osservazioni:**

Questo esercizio persegue i seguenti obiettivi:

- presa di coscienza di uno spazio in movimento

- concentrazione di tutto il gruppo
- elasticità del corpo

**Materiale necessario:**

Scotch per delimitare i tre spazi sul pavimento

**Cinque nasi e sette piedi**

**Tipo di gioco:**

**Gioco espressivo**

**Gioco d'ambiente**

**Gioco di animazione teatrale**

**Gioco di contatto e concentrazione**

**Adatto per:** piccoli gruppi grandi gruppi

**Fascia d'età:** fanciullezza adolescenza

**Ambiente:** all'interno

**Descrizione del gioco:**

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).

**Il passaggio**

**Tipo di gioco:**

**Gioco espressivo**

**Gioco d'attenzione**

**Gioco di animazione teatrale**

**Gioco di contatto e concentrazione**

**Adatto per:** piccoli gruppi grandi gruppi

**Fascia d'età:** fanciullezza adolescenza

**Ambiente:** all'interno

**Descrizione del gioco:**

Il gruppo si dispone in cerchio. Si fa passare un pallone seguendo sempre la stessa sequenza: Pietro riceve sempre il pallone da Sara e lo passa sempre a Michele, Michele riceve sempre il pallone da Pietro e lo passa sempre a Giulia, ecc.(evitate di passare il pallone al vicino). L'ultimo giocatore passa il pallone al primo e il giro ricomincia. Quando il circuito funziona si può introdurre un secondo pallone e poi un terzo.

**Variante:**

Una variante consiste nel seguire il pallone dopo averlo lanciato e prendere il posto del destinatario che a sua volta lancia il pallone al prossimo e poi ne prende il posto. In questo modo si riceve sempre il pallone dalla medesima persona e lo si lancia sempre alla stessa, ma le persone cambiano sempre di posto. Anche in questa variante si possono poi aggiungere un secondo pallone, poi un terzo

Seconda variante: si può chiedere a chi lancia il pallone di chiamare per nome il destinatario .. un modo per imparare i nomi.

**Osservazioni:**

Questo gioco si presta bene ad attirare o richiamare la concentrazione di tutto il gruppo,

all'inizio o durante una seduta di animazione teatrale

**Materiale necessario:**

Due o tre palloni

**La bolla**

**Tipo di gioco:**

**Gioco espressivo**

**Gioco di animazione teatrale**

**Gioco di contatto e concentrazione**

**Adatto per:** piccoli gruppi grandi gruppi

**Fascia d'età:** fanciullezza adolescenza

**Ambiente:** all'interno

**Descrizione del gioco:**

I partecipanti si riuniscono in un angolo della sala, mettendosi tutti vicini e stretti uno all'altro. Il conduttore stabilisce un altro angolo della sala verso il quale il gruppo compatto si dirige. Bisogna muoversi "come se si fosse tutti dentro una stessa bolla", ognuno guardando in direzione della meta. L'attenzione è rivolta a trovare un ritmo collettivo, un medesimo passo, una medesima respirazione. È importante essere in equilibrio e sicuri individualmente all'interno del gruppo, affinché l'intero gruppo possa essere in equilibrio e muoversi con sicurezza.

**Variante:**

L'esercizio può essere accompagnato da una musica dolce.

**Osservazioni:**

Questo esercizio stimola

- la concentrazione di tutto il gruppo
- il contatto tra i partecipanti
- la ricerca di un ritmo collettivo

**Materiale necessario:**

Eventualmente la musica

**Ippodrillo e coccopotamo**

**Tipo di gioco:**

**Gioco espressivo**

**Gioco d'attenzione**

**Gioco di animazione teatrale**

**Gioco di contatto e concentrazione**

**Adatto per:** piccoli gruppi grandi gruppi

**Fascia d'età:** fanciullezza adolescenza

**Ambiente:** all'interno

**Descrizione del gioco:**

Ci si dispone in cerchio. L'animatore passa un oggetto al suo vicino di sinistra e gli dice: "ecco un ippodrillo". Il vicino gli chiede "Un cosa?" e l'animatore risponde "un ippodrillo". Il vicino si rivolge quindi al proprio compagno di sinistra, gli passa l'oggetto e riprende il discorso dell'animatore, ma alla domanda non risponde, bensì si rigira verso l'animatore e gliela ripone. L'animatore risponde: "un ippodrillo". Il primo giocatore ripete quindi la

risposta al suo vicino di sinistra che si rivolge al prossimo e così via.

**Variante:**

Se il giro funziona si può lanciare un "coccopotamo" dalla parte opposta

**Osservazioni:**

Questo gioco allena la concentrazione del gruppo e l'ascolto reciproco

**I palloni colorati**

**Tipo di gioco:**

**Gioco espressivo**

**Gioco d'attenzione**

**Gioco di animazione teatrale**

**Gioco di contatto e concentrazione**

**Adatto per:** piccoli gruppi grandi gruppi

**Fascia d'età:** infanzia fanciullezza adolescenza

**Ambiente:** all'interno

**Descrizione del gioco:**

I partecipanti si dispongono in cerchio in modo da vedersi tutti. Il conduttore tiene tra le mani un immaginario pallone rosso. Cerca lo sguardo di un altro partecipante e quando è sicuro che questo lo stia guardando dice : "Rosso!" e mima il gesto di lanciargli il pallone. Chi riceve il pallone inizia a ripetere "rosso, rosso, rosso,..." e intanto cerca lo sguardo di un altro giocatore a cui lanciare l'immaginario pallone rosso. Quando ha trovato con lo sguardo il destinatario ripete : "Rosso!" e gli lancia il pallone. Il gioco prosegue in questo modo . Se il gioco funziona , il conduttore può introdurre via via nuovi palloni immaginari di diversi colori. Chi riceve un pallone continua a dire il colore fino a che non ha trovato un destinatario pronto a riceverlo. I palloni circolano, si incrociano. Quando il conduttore interromperà il gioco , bisognerà verificare dove sono tutti i palloni che sono stati introdotti nel gioco . È molto importante che chi lancia la palla sia sicuro che il destinatario è pronto riceverla

**Osservazioni:**

Questo esercizio aiuta la concentrazione del gruppo e l'ascolto reciproco.

**Passa il messaggio**

**Tipo di gioco:**

**Gioco espressivo**

**Gioco d'attenzione**

**Gioco di animazione teatrale**

**Gioco di contatto e concentrazione**

**Adatto per:** piccoli gruppi grandi gruppi

**Fascia d'età:** fanciullezza adolescenza

**Ambiente:** all'interno

**Descrizione del gioco:**

I partecipanti si dispongono in cerchio, in piedi. L'animatore si rivolge al suo vicino di sinistra e gli trasmette un messaggio tattile preciso ( esempio: accarezzare una spalla, toccare la punta del naso con un dito, pizzicare leggermente il gomito, eccetera) Il vicino riproduce il gesto indirizzandolo a sua volta al vicino di sinistra, e così via. Il gesto percorre quindi tutto il cerchio e procede ad altri giri. È importante rispettare un ritmo piuttosto

serrato nella trasmissione del segnale, che deve tuttavia essere trasmesso nel modo più preciso, senza subire variazioni di intensità, posizione eccetera. Dopo alcuni minuti l'animatore può far partire un altro gesto nella direzione opposta, cioè proporre un nuovo gesto al vicino di destra che a sua volta lo trasmetterà al proprio vicino e così via. I segnali si incroceranno e proseguiranno poi nella propria direzione.

**Variante:**

Se si raggiunge una buona concentrazione si può tentare di inserire altri messaggi nel cerchio.

**Osservazioni:**

Questo esercizio richiede la concentrazione di gruppo e prontezza di riflessi

**La pioggia**

**Tipo di gioco:**

**Gioco espressivo**

**Gioco di animazione teatrale**

**Gioco di contatto e concentrazione**

**Adatto per:** piccoli gruppi grandi gruppi

**Fascia d'età:** infanzia fanciullezza adolescenza

**Ambiente:** all'interno

**Descrizione del gioco:**

il gruppo è seduto in cerchio. L'animatore genera un suono battendo uno contro l'altro gli indici. Il suono, partendo dalla sua destra, viene ripetuto dagli altri e aumenta d'intensità a mano a mano che tutti si aggregano. Dopo aver fatto il giro il suono ritorna all'animatore. Egli allora smette di battere le dita e si batte il petto. Il nuovo suono si diffonde nel cerchio come il precedente e i partecipanti, uno dopo l'altro, sostituiscono il suono vecchio con il nuovo. La sequenza potrebbe essere:

1. battere gli indici,
2. battere il petto con le mani,
3. battere le cosce con le mani,
4. pestare i piedi, battere le mani,
5. schiacciare le dita,
6. schiacciare la lingua,
7. sfregare le mani.

Il primo giro si fa ad occhi aperti, poi ad occhi chiusi.

**Variante:**

Con i bambini più piccoli è consigliabile eseguire tutto il gioco ad occhi aperti

**Osservazioni:**

Questo esercizio stimola la percezione uditiva e la ricerca di ritmo collettivo

**Separiamoci**

**Tipo di gioco:**

**Gioco espressivo**

**Gioco d'attenzione**

**Gioco di animazione teatrale**

**Gioco di contatto e concentrazione**

**Adatto per:** piccoli gruppi grandi gruppi

**Fascia d'età:** fanciullezza adolescenza

**Ambiente:** all'interno

**Descrizione del gioco:**

I partecipanti camminano concentrati nello spazio. Alla proposta dell'animatore devono separarsi in due gruppi che andranno ad occupare due angoli opposti dello spazio. IL numero dei componenti dei due gruppi sarà dettato dall'animatore. Se l'animatore dice "uno", uno dei partecipanti deve immediatamente andare ad occupare da solo un angolo della sala mentre il resto del gruppo va ad occupare l'angolo opposto, formando un gruppo compatto. Se l'animatore dice "quattro", quattro partecipanti dovranno formare un gruppo compatto in un angolo della sala e il resto del gruppo si disporrà unito nell'angolo di fronte. Dal momento che la consegna è stata data, ognuno deve "sentire" dove vanno gli altri e agire di conseguenza. L' intesa va raggiunta senza parlare.

**Osservazioni:**

Questo esercizio allena la concentrazione e insegna ad accettare la proposta degli altri. È inoltre molto utile per valutare la posizione di ogni partecipante nel gruppo: se una persona si trova spesso sola o nel gruppo più piccolo, dimostra di non temere il confronto con il resto del gruppo. Al contrario chi evita di trovarsi solo davanti al resto del gruppo ha ancora bisogno di superare una serie di inibizioni prima di esporsi di fronte allo sguardo del gruppo ( magari in un gioco di improvvisazione individuale).

**Il tamburino**

**Tipo di gioco:**

**Gioco espressivo**

**Gioco d'attenzione**

**Gioco di animazione teatrale**

**Gioco di contatto e concentrazione**

**Adatto per:** piccoli gruppi grandi gruppi

**Fascia d'età:** fanciullezza adolescenza

**Ambiente:** all'interno

**Descrizione del gioco:**

Il gruppo si siede in cerchio. Ognuno sceglie un gesto e un suono e lo presenta agli altri, che lo ripetono in coro. . Quando tutti hanno presentato il proprio gesto-suono, iniziano a battere le mani sul tavolo o sulle cosce. L'animatore ripete il proprio gesto e lo fa seguire da quello di un'altra persona. La persona chiamata ripete il proprio gesto e aggiunge quello di un altro. Si procede così fino a che tutti sono stati chiamati . È possibile aumentare o diminuire il ritmo del battito di mani per rendere il gioco più dinamico.

**Osservazioni:**

Questo gioco permette di sviluppare la fantasia e la memoria

**Giochi di fiducia**

**Definizione "New - Games"**

Sono giochi di fiducia, di rispetto e di conoscenza nuova

**Giochi di fiducia:**

- in se stessi (non sempre conosciamo bene il nostro corpo. Esercitare questa conoscenza è importante)
- nell'altro (ciò che ti farà e non ti farà fare !!)
- nel gruppo (che deve garantire la sicurezza di ognuno)

Non si possono fare le prime sere di colonia, ma quando il gruppo si conosce già



## Giochi di rispetto:

### per chi non gioca

- niente forzature
- niente inviti
- nessuna manipolazione (non cercare espedienti)

### per chi gioca

- interpretare il senso del gioco e quindi comportarsi di conseguenza

## Giochi di scoperta:

- rivalutazione di una forma insolita di conoscenza di se stessi e dell'altro diversa dagli altri tipi di gioco (contatto stretto tra le persone - gioco che riesce solo grazie alla collaborazione)

## Regole di gioco:

- non sono improvvisate o casuali ma studiate per permettere i tre punti precedenti (fiducia, rispetto e scoperta)
- una caratteristica fondamentale è quella della non competitività: nessun vincitore e nessun vinto. MAI !

### Alzarsi aiutandosi

<b>Tipo di gioco:</b> <b>Gioco di fiducia</b>
<b>Adatto per:</b> famiglia piccoli gruppi grandi gruppi
<b>Fascia d'età:</b> adolescenza
<b>Ambiente:</b> all'interno
<b>Descrizione del gioco:</b> Due partecipanti si siedono schiena contro schiena. Agganciare le braccia del compagno in modo da potersi tenere forti schiena contro schiena e aiutandosi l'un l'altro cercare di alzarsi e poi di sedersi.
<b>Variante:</b> Seduti faccia contro faccia, le mani palmo contro palmo. Alzarsi e sedersi senza lasciarsi le mani .

### Alzarsi aiutandosi

<b>Tipo di gioco:</b> <b>Gioco di fiducia</b>
<b>Adatto per:</b> famiglia piccoli gruppi grandi gruppi
<b>Fascia d'età:</b> adolescenza
<b>Ambiente:</b> all'interno
<b>Descrizione del gioco:</b> Due partecipanti si siedono schiena contro schiena. Agganciare le braccia del compagno in modo da potersi tenere forti schiena contro schiena e aiutandosi l'un l'altro cercare di alzarsi e poi di sedersi.
<b>Variante:</b> Seduti faccia contro faccia, le mani palmo contro palmo. Alzarsi e sedersi senza lasciarsi le mani .

## L'ameba

**Tipo di gioco:**  
Gioco di fiducia

**Adatto per:** grandi gruppi  
**Fascia d'età:** adolescenza  
**Ambiente:** all'interno

**Descrizione del gioco:**

I partecipanti (ca. 20) si uniscono vicino, vicini in modo da formare una "palla". Attorno alla "palla" viene avvolta una corda. A questo punto la "palla" inizia la sua avventura cercando di farle superare degli ostacoli e delle direzioni.

**Osservazioni:**

Eeguire questo gioco solo in presenza di un gruppo affiatato e che abbia maturato le condizioni di fiducia e di rispetto necessarie per mettere a proprio agio e in piena libertà i partecipanti al gioco.

Vedi anche la [scheda di presentazione](#)

### Avanti - indietro

**Tipo di gioco:**  
Gioco di fiducia

**Adatto per:** famiglia piccoli gruppi grandi gruppi  
**Fascia d'età:** adolescenza  
**Ambiente:** all'interno

**Descrizione del gioco:**

A due a due, uno in faccia all'altro,, posti ad una certa distanza in modo che, allungando le braccia, le mani possano toccarsi. Quindi mettere le mani contro le mani del compagno. Piegare pian piano le braccia fino ad arrivare molto vicini con i visi, senza muovere i piedi. Quando si è vicini ci si spinge dolcemente fino ad arrivare in piedi diritti, mani contro le mani, poi ci si lascia ancora andare in avanti e così di seguito.

**Osservazioni:**

Eeguire questo gioco solo in presenza di un gruppo affiatato e che abbia maturato le condizioni di fiducia e di rispetto necessarie per mettere a proprio agio e in piena libertà i partecipanti al gioco.

Vedi anche la [scheda di presentazione](#)

### Il binario

**Tipo di gioco:**  
Gioco di fiducia

**Adatto per:** piccoli gruppi grandi gruppi  
**Fascia d'età:** adolescenza  
**Ambiente:** all'interno all'aperto

**Descrizione del gioco:**

Metà dei partecipanti al gioco sono sdraiati sulla schiena e formano una fila ben chiusa di persone spalla a spalla.

L'altra metà dei giocatori si sdraia e mette la propria testa tra due teste della prima fila, formando un binario o una cerniera.  
Tutti alzano le mani con il palmo rivolto verso l'alto.  
Un giocatore viene aiutato a sdraiarsi sulle mani degli altri e viene trasportato fino in fondo al binario.  
Fate attenzione alla sicurezza di chi viene trasportato.

**Osservazioni:**

Gioco di fiducia, di rispetto e di conoscenza; niente forzature; niente inviti; partecipazione libera. Eseguire questo gioco solo in presenza di un gruppo affiatato e che abbia maturato le condizioni di fiducia e di rispetto necessarie per mettere a proprio agio e in piena libertà i partecipanti al gioco.

**La catena degli occhi belli**

**Tipo di gioco:**  
**Gioco di fiducia**

**Adatto per:** piccoli gruppi grandi gruppi  
**Fascia d'età:** infanzia fanciullezza adolescenza  
**Ambiente:** all'interno all'aperto

**Descrizione del gioco:**

Gioco molto efficace per far conoscere un gruppo.  
La consegna è semplicissima: formate una fila indiana; all'inizio si metterà il partecipante con gli occhi più scuri e alla fine quello con gli occhi più chiari..  
Al termine del gioco, a mo' di biscia, la fila passa davanti a se stessa in modo che tutti possano ammirare ... la catena degli occhi belli.

**Variante:**

Stesso gioco ma con il colore dei capelli o il colore della pelle, con l'altezza o con la misura dei piedi, ...

**Caterpillar**

**Tipo di gioco:**  
**Gioco di fiducia**

**Adatto per:** piccoli gruppi grandi gruppi  
**Fascia d'età:** infanzia fanciullezza adolescenza  
**Ambiente:** all'interno all'aperto

**Descrizione del gioco:**

Distendersi sul ventre, vicini, vicini, uno all'altro, le braccia allungate in avanti. L'ultimo della fila, sdraiato, passa sopra agli altri rotolandosi e si metterà all'altro capo del percorso. Così di seguito fino all'ultimo concorrente.

**Osservazioni:**

Gioco di fiducia, di rispetto e di conoscenza; niente forzature; niente inviti; partecipazione libera. Eseguire questo gioco solo in presenza di un gruppo affiatato e che abbia maturato le condizioni di fiducia e di rispetto necessarie per mettere a proprio agio e in piena libertà i partecipanti al gioco.  
Vedi anche la [scheda di presentazione](#)

## Il corridore cieco

<b>Tipo di gioco:</b> Gioco di fiducia
<b>Adatto per:</b> grandi gruppi <b>Fascia d'età:</b> adolescenza <b>Ambiente:</b> all'interno all'aperto
<b>Descrizione del gioco:</b> I partecipanti si dispongono faccia faccia su due fila a ca. 1 m 50 / 2m di distanza. Si dispongono in linea diritta oppure creando delle curve in modo da creare un percorso, una pista come quella del bob. A questo punto un partecipante, a occhi bendati, deve correre il più rapidamente possibile fra le due fila. I partecipanti in fila, con le loro mani, devono mantenere il corridore sulla giusta strada.
<b>Osservazioni:</b> Eseguire questo gioco solo in presenza di un gruppo affiatato e che abbia maturato le condizioni di fiducia e di rispetto necessarie per mettere a proprio agio e in piena libertà i partecipanti al gioco. Vedi anche la <a href="#">scheda di presentazione</a>

## Goofie, Goofie, Goofie

<b>Tipo di gioco:</b> Gioco di fiducia
<b>Adatto per:</b> piccoli gruppi grandi gruppi <b>Fascia d'età:</b> adolescenza <b>Ambiente:</b> all'interno
<b>Descrizione del gioco:</b> Due o tre persone devono sorvegliare sull'incolumità degli altri. Occhi chiusi. Una persona è Goofie (designato dall'animatore del gioco con una pacca sulla spalla ad un giocatore) e ognuno vuole trovarlo. Ma Goofie è silenzioso e non si muove. Si cammina dunque, tutti con gli occhi chiusi. nello spazio ben delimitato e protetto, e quando si incontra qualcuno gli si chiede: "Goofie? Goofie? Goofie? Se si incontra una persona che risponde ugualmente "Goofie", vuole dire che non è lui, e dunque si deve continuare a cercare fino al momento in cui non riceve più nessuna risposta. In questo caso, avete trovato Goofie. Ma bisogna ancora prenderlo per la mano libera. Si cerca dunque lungo tutto Goofie fino al momento in cui si avrà trovato la sua estremità libera. A questo momento e solamente a questo momento si possono aprire gli occhi.
<b>Osservazioni:</b> Gioco di fiducia, di rispetto e di conoscenza; niente forzature; niente inviti; partecipazione libera. Eseguire questo gioco solo in presenza di un gruppo affiatato e che abbia maturato le condizioni di fiducia e di rispetto necessarie per mettere a proprio agio e in piena libertà i partecipanti al gioco.

## Le isole

<b>Tipo di gioco:</b> Gioco di fiducia
<b>Adatto per:</b> grandi gruppi <b>Fascia d'età:</b> adolescenza <b>Ambiente:</b> all'aperto
<b>Descrizione del gioco:</b> Il gioco può essere competitivo oppure di collaborazione. I giocatori formano un grande cerchio. Al centro viene messo un frisbee, una scatola oppure una coperta (a dipendenza del numero dei partecipanti). Al segnale dell'animatore del gioco i giocatori devono andare a toccare l'oggetto entro un tempo determinato, ma senza toccarsi mai gli uni con gli altri. Chi si urta viene eliminato. Se un giocatore non riesce a toccare l'oggetto è eliminato. Se un giocatore urta contro un giocatore che ha già toccato l'oggetto viene eliminato solo lui. Se il numero dei partecipanti è elevato si possono mettere più oggetti. La versione non competitiva prevede che ci si organizza per fare in modo che il più grande numero di partecipanti possa riuscire a toccare l'oggetto.
<b>Materiale necessario:</b> Una scatola, una coperta, un frisbee.

## Levitazione

<b>Tipo di gioco:</b> Gioco di fiducia
<b>Adatto per:</b> piccoli gruppi grandi gruppi <b>Fascia d'età:</b> fanciullezza adolescenza <b>Ambiente:</b> all'interno all'aperto
<b>Descrizione del gioco:</b> Partecipanti: gruppetti di 10 persone. Un giocatore si sdraia al centro del gruppo rimanendo rigido, gli altri si dispongono intorno a lui e ne afferrano con sicurezza una parte del corpo (aver cura della testa). Contemporaneamente sollevano la persona da terra cercando di alzarla più in alto possibile (lentamente). Anche la discesa deve essere lenta e rassicurante.
<b>Osservazioni:</b> Gioco di fiducia, di rispetto e di conoscenza; niente forzature; niente inviti; partecipazione libera. Eseguire questo gioco solo in presenza di un gruppo affiatato e che abbia maturato le condizioni di fiducia e di rispetto necessarie per mettere a proprio agio e in piena libertà i partecipanti al gioco. Vedi anche la <a href="#">scheda di presentazione</a>

## In ordine alfabetico

<b>Tipo di gioco:</b> Gioco di fiducia
<b>Adatto per:</b> piccoli gruppi grandi gruppi <b>Fascia d'età:</b> fanciullezza <b>Ambiente:</b> all'interno all'aperto

**Descrizione del gioco:**

I giocatori devono muoversi all'interno dello spazio delimitato e devono comporre una fila che riproduca esattamente l'ordine alfabetico delle iniziali dei nomi di tutti i giocatori. Se ci sarà un "Andrea" sarà probabilmente il primo, seguito da un "Boris", un "Carlo", ecc..... I giocatori dovranno quindi chiedersi i nomi e situarsi correttamente nella fila.

**Il serpente che si spella****Tipo di gioco:****Gioco di fiducia****Adatto per:** piccoli gruppi grandi gruppi**Fascia d'età:** fanciullezza adolescenza**Ambiente:** all'interno all'aperto**Descrizione del gioco:**

I partecipanti si dispongono in fila indiana; ognuno dà la mano sinistra al compagno che sta dietro di lui, passandola tra le gambe divaricate. La mano destra invece sarà data al compagno davanti, il quale porgerà la propria mano sinistra.

Quando tutti avranno assunto la posizione di partenza, l'ultimo partecipante si sdraierà per terra, costringendo il "serpente" a retrocedere; ciascun giocatore, non appena occuperà l'ultimo posto della fila, si sdraierà a sua volta. Così si svolgerà la MUTA.

Alla fine l'intero serpente sarà sdraiato.

Inversamente, se l'ultimo giocatore che si è sdraiato si alza e si dirige, camminando con le gambe divaricate, in direzione dell'estremo opposto della fila, il serpente si rialzerà e vivrà la sua nuova "pelle".

**Osservazioni:**

Attenzione al numero dei partecipanti poiché richiede parecchio spazio. Eseguire questo gioco solo in presenza di un gruppo affiatato e che abbia maturato le condizioni di fiducia e di rispetto necessarie per mettere a proprio agio e in piena libertà i partecipanti al gioco.

**Il sole****Tipo di gioco:****Gioco di fiducia****Adatto per:** piccoli gruppi grandi gruppi**Fascia d'età:** fanciullezza adolescenza**Ambiente:** all'interno all'aperto**Descrizione del gioco:**

I giocatori, in numero pari, sono disposti in cerchio con la faccia al centro, spalla contro spalla e si tengono per mano numerandosi per due (uno/due, uno/due ecc.).

Al via, i numeri uno si tendono verso l'interno del cerchio, mentre i numeri due si tendono verso l'esterno. Tutti i giocatori mantengono i piedi fermi al suolo, le gambe rigide e si sostengono l'un l'altro con le mani.

Successivamente, tutti insieme, invertono i ruoli: i numeri uno si tendono all'esterno ed i numeri due all'interno. Con un po' di pratica si può passare da una posizione all'altra ritmicamente.

**Osservazioni:**

Gioco di fiducia, di rispetto e di conoscenza; niente forzature; niente inviti; partecipazione

libera. Eseguire questo gioco solo in presenza di un gruppo affiatato e che abbia maturato le condizioni di fiducia e di rispetto necessarie per mettere a proprio agio e in piena libertà i partecipanti al gioco.

Vedi anche la [scheda di presentazione](#)

### Sulle mie ginocchia, prego

**Tipo di gioco:**  
**Gioco di fiducia**

**Adatto per:** grandi gruppi  
**Fascia d'età:** fanciullezza adolescenza  
**Ambiente:** all'interno all'aperto

#### **Descrizione del gioco:**

I giocatori si dispongono in cerchio spalla contro spalla. Tutti fanno mezzo giro verso sinistra, se necessario, si spostano ancora di un passo verso il centro del cerchio. In modo coordinato ognuno, lentamente cerca di sedersi sulle ginocchia del giocatore che si trova dietro di lui. Se l'operazione sarà precisa e coordinata, tutti staranno seduti e nessuno farà fatica.

#### **Osservazioni:**

Gioco di fiducia, di rispetto e di conoscenza; niente forzature; niente inviti; partecipazione libera. Eseguire questo gioco solo in presenza di un gruppo affiatato e che abbia maturato le condizioni di fiducia e di rispetto necessarie per mettere a proprio agio e in piena libertà i partecipanti al gioco.

Vedi anche la [scheda di presentazione](#)

### Il surf

**Tipo di gioco:**  
**Gioco di fiducia**

**Adatto per:** grandi gruppi  
**Fascia d'età:** infanzia fanciullezza adolescenza  
**Ambiente:** all'interno

#### **Descrizione del gioco:**

Il principio è lo stesso alla base del gioco del "[Caterpillar](#)". Questa volta sono i giocatori al suolo che rotolano e che fanno in tal modo "surfare" il giocatore che è disteso sopra di loro perpendicolarmente.

#### **Osservazioni:**

Eseguire questo gioco solo in presenza di un gruppo affiatato e che abbia maturato le condizioni di rispetto necessarie per mettere a proprio agio i partecipanti al gioco.

Vedi anche la [scheda di presentazione](#)

### Titolo

**Tipo di gioco:**  
**Gioco di fiducia**

**Adatto per:** grandi gruppi  
**Fascia d'età:** adolescenza  
**Ambiente:** all'interno all'aperto

**Descrizione del gioco:**

Due righe di giocatori si dispongono faccia a faccia ad una distanza tale che tra le due file possa passare una persona. Ognuno dei giocatori piega le braccia all'altezza del gomito, in modo che tra braccio ed avambraccio si formi un angolo retto. Ogni giocatore deve alternare le sue braccia con quelle del giocatore che gli sta di fronte. Si formerà così fra le due file una specie di "tappeto", costituito dalle braccia di tutti i giocatori. Un giocatore, fuori dalle righe, si dispone in piedi su una sedia, all'inizio del tappeto e, ad un segnale convenuto, si lascia cadere sulle braccia dei compagni. A questo punto il tapis roulant costituito dalle braccia dei partecipanti, comincerà a trasportare il giocatore facendolo scorrere fino alla fine del percorso. Colui che si fa trasportare resterà passivamente abbandonato, lasciando che i compagni di gioco abbiano cura di trasportarlo facendolo scivolare in avanti. Il giocatore che decide di farsi trasportare, prima di lasciarsi cadere, può chiedere ai compagni il modo con cui vuole essere trasportato. Se, ad esempio, dirà "frullato", il movimento delle braccia dovrà cercare di riprodurre il movimento del frullatore. Il giocatore che si lancia, può anche sperimentare il lancio ad occhi chiusi o lasciandosi cadere di spalle o aumentare l'altezza del lancio stesso.

**Osservazioni:**

Gioco di fiducia, di rispetto e di conoscenza; niente forzature; niente inviti; partecipazione libera. Eseguire questo gioco solo in presenza di un gruppo affiatato e che abbia maturato le condizioni di fiducia e di rispetto necessarie per mettere a proprio agio e in piena libertà i partecipanti al gioco.

Vedi anche la [scheda di presentazione](#)

**Toccare il colore**

**Tipo di gioco:**

**Gioco di fiducia**

**Adatto per:** piccoli gruppi grandi gruppi

**Fascia d'età:** fanciullezza adolescenza

**Ambiente:** all'interno

**Descrizione del gioco:**

In uno spazio delimitato i giocatori camminano. L'animatore del gioco annuncia il colore di un indumento che tutti i partecipanti devono toccare ad un altro giocatore.

Esempi: camicia bianca, pantalone blu, scarpa verde,...

Si può complicare il gioco nominando più colori o indumenti alla volta.

**Osservazioni:**

A partire dai 10 - 11 anni.

Vedi anche la [scheda di presentazione](#)

**Giochi di respirazione e voce.**

**L'ambiente sonoro**

**Tipo di gioco:**

**Gioco espressivo**

**Gioco di animazione teatrale**

**Gioco di respirazione e voce**



**Adatto per:** piccoli gruppi grandi gruppi  
**Fascia d'età:** fanciullezza adolescenza  
**Ambiente:** all'interno

**Descrizione del gioco:**

I partecipanti si dispongono in cerchio, seduti comodamente ( una posizione che lasci libero il respiro e l'emissione della voce) e chiudono gli occhi. Il conduttore stabilisce un tema, un ambiente, (ad esempio una foresta, il mare, una città, eccetera) Il gruppo deve collettivamente creare l'atmosfera sonora di questo ambiente . Ognuno si può inserire liberamente nella creazione collettiva utilizzando la voce ( suoni, rumori, parole, ..) e improvvisando sul tema dato. E' importante definire attraverso il tema un inizio e una fine: ad esempio una foresta dall'alba al tramonto, una burrasca in mare che arriva da lontano e poi riparte, ecc. Ogni partecipante deve ascoltare tutto il gruppo per sentire lo sviluppo del tema ed adeguarsi alle proposte altrui . Il gruppo deve sentire quando la composizione sta arrivando alla sua conclusione. Dopo la fine é importante lasciare ancora qualche secondo di silenzio per segnare la conclusione, prima di riaprire gli occhi.

**Osservazioni:**

Questo gioco favorisce l'ascolto del gruppo e consente di sperimentare le proprie possibilità vocali.

**I discorsi a vanvera**

**Tipo di gioco:**

**Gioco espressivo**  
**Gioco di animazione teatrale**  
**Gioco di respirazione e voce**

**Adatto per:** piccoli gruppi grandi gruppi  
**Fascia d'età:** fanciullezza adolescenza  
**Ambiente:** all'interno

**Descrizione del gioco:**

I partecipanti in cerchio si preparano con un riscaldamento del viso, muovendo la bocca e la mascella in tutti modi possibili . Si comincia tutti insieme a fare discorsi a vanvera utilizzando una lingua assurda (senza parole, ma fatta solo di suoni) e cercando di essere il più espressivi possibile, accompagnando la voce con gesti e atteggiamenti appropriati. Poi ogni partecipante inizia a camminare in lungo e in largo per la stanza parlando con la medesima lingua incomprensibile come se fosse molto arrabbiato. Fa poi evolvere la situazione e il suo discorso a vanvera secondo una sequenza di emozioni stabilita. Ad esempio: : da arrabbiato a triste, a innamorato che sogna la persona amata , a felice.

**Osservazioni:**

Questo gioco pone l'accento sul valore espressivo della voce indipendentemente dal significato semantico delle parole (che in questo caso non esistono). L'esercizio può poi essere applicato a singole scene improvvisate a due o a piccoli gruppi

**La frase oltre il muro**

**Tipo di gioco:**

**Gioco d'ambiente**  
**Gioco di animazione teatrale**  
**Gioco di respirazione e voce**

**Adatto per:** grandi gruppi  
**Fascia d'età:** fanciullezza adolescenza  
**Ambiente:** all'interno

**Descrizione del gioco:**

I partecipanti (che devono essere abbastanza numerosi) si dispongono in due file compatte e girate in modo che ogni fila dia le spalle all'altra: formano così una barriera, il muro. Due partecipanti si mettono rispettivamente da una parte e dall'altra del muro. Uno dei due deve trasmettere al compagno oltre il muro, nel minor tempo possibile, una frase che gli verrà suggerita all'inizio del gioco. Con suoni, movimenti, rumori ecc., i partecipanti che compongono il muro devono ostacolare la comunicazione. Vanno rispettate le seguenti regole:

- i partecipanti che compongono il muro non possono muovere i piedi
- i due comunicanti non possono oltrepassarlo ai lati.

**Una frase e tante frasi**

**Tipo di gioco:**  
**Gioco espressivo**  
**Gioco di animazione teatrale**  
**Gioco di respirazione e voce**

**Adatto per:** piccoli gruppi grandi gruppi  
**Fascia d'età:** infanzia fanciullezza adolescenza  
**Ambiente:** all'interno

**Descrizione del gioco:**

I partecipanti si dispongono in cerchio e stabiliscono insieme una frase che ognuno, a turno, dovrà ripetere. Ad esempio: "ieri l'Inter ha vinto lo scudetto". Ciascuno dovrà ripetere la medesima frase cambiando ogni volta l'intonazione. L'intenzione con la quale la frase viene pronunciata può non aver nessun legame con il suo contenuto semantico. Ciò che deve essere chiaro è il modo in cui la frase viene pronunciata (sussurrata in segreto, urlata con rabbia, cantata, balbettata, annunciata con enfasi, eccetera). La medesima frase può fare più giri nel cerchio dei partecipanti prima di essere sostituita con un'altra frase.

**Variante:**

Ognuno sceglie una sua frase. Il primo giocatore pronuncia la propria dandole un'intenzione chiara e precisa; a turno ogni partecipante pronuncia la propria frase imitando nel modo più preciso possibile l'intonazione, il ritmo, il volume del primo giocatore. Quando tutti hanno pronunciato la propria frase con l'intenzione suggerita dal primo giocatore, tocca al secondo far una nuova proposta d'interpretazione. Egli pronuncerà la propria frase con una sua intenzione e, a turno, gli altri lo imiteranno.

**Osservazioni:**

Questo esercizio permette di esplorare l'enorme potenzialità espressiva della voce, al di là del significato semantico delle parole.

**Il lancio della voce**

**Tipo di gioco:**  
**Gioco espressivo**  
**Gioco di animazione teatrale**

**Gioco di respirazione e voce****Adatto per:** piccoli gruppi grandi gruppi**Fascia d'età:** fanciullezza adolescenza**Ambiente:** all'interno**Descrizione del gioco:**

I partecipanti si dispongono in cerchio. Un giocatore lancia la palla ad un altro accompagnando il lancio con la voce e pronunciando il nome del destinatario. Quest'ultimo sceglie poi a chi lanciare la palla e il relativo nome. La traiettoria della palla corrisponde a quella della voce e lo sforzo fisico del lancio evidenzia la sensazione del lanciare la voce in modo sicuro. Dopo alcune prove è possibile eliminare la palla e cercare di mantenere l'effetto del lancio con la voce, facendo a mano dell'oggetto di supporto

**Osservazioni:**

Quest' esercizio serve a prendere coscienza della necessità di lanciare in modo sicuro la voce

**Il mio nome****Tipo di gioco:****Gioco espressivo****Gioco di animazione teatrale****Gioco di respirazione e voce****Adatto per:** piccoli gruppi grandi gruppi**Fascia d'età:** infanzia fanciullezza adolescenza**Ambiente:** all'interno**Descrizione del gioco:**

Il gruppo si dispone in cerchio. Ciascuno a turno dice il suo nome, accompagnando l'emissione vocale con un movimento. L'intero gruppo ripete il gesto-suono. Questo esercizio può essere fatto anche con un'altra parola. Utilizzare il proprio nome, tuttavia, è molto interessante per due ragioni: innanzitutto perché il proprio nome è per ciascuno di noi, una parola molto coinvolgente, inoltre perché il movimento non potrà essere la rappresentazione mimica del senso della parola, ma sarà invece un gesto astratto

**Variante:**

Il gioco può evolvere nel seguente modo: ognuno ripete alcune volte il proprio nome-gesto-suono in modo da permettere ad ogni componente del gruppo di memorizzarne almeno alcuni. In seguito l'animatore propone il proprio nome-gesto-suono e lo fa seguire da quello di un altro. Quest'ultimo ripete il proprio nome-gesto-suono e lo fa seguire da un terzo. Il terzo partecipante chiamato, ripeterà il proprio nome-gesto-suono e lo farà seguire sua volta da un altro e così

**Osservazioni:**

Questo esercizio permette di esplorare lo strumento-voce e di accordarlo ad un movimento

**Il pallone gonfiabile****Tipo di gioco:****Gioco espressivo****Gioco di animazione teatrale****Gioco di respirazione e voce**

**Adatto per:** famiglia piccoli gruppi grandi gruppi  
**Fascia d'età:** infanzia fanciullezza adolescenza  
**Ambiente:** all'interno

**Descrizione del gioco:**

I partecipanti si dispongono a due a due in piedi. Uno dei due finge di aprire una valvola posta sul corpo del partner che si sgonfia come una bambola gonfiabile. La valvola può essere immaginata su un gionocchio, l'orecchio, un dito. Chi si sgonfia deve immaginarsi di svuotarsi fino a cadere a terra come una bambola di gomma vuota. In seguito il compagno lo rigonfierà, partendo da un punto qualsiasi. Chi viene rigonfiato deve fare i movimenti e i rumori di un corpo che si gonfia, fino a raggiungere di nuovo la posizione eretta.

**Materiale necessario:**

Quest'esercizio allena la coordinazione tra gesto e respirazione. È importante chiedere ai partecipanti di visualizzare bene la parte del corpo attraverso la quale esce l'aria.

**La parola lanciata**

**Tipo di gioco:**

**Gioco d'ambiente**

**Gioco di animazione teatrale**

**Gioco di respirazione e voce**

**Adatto per:** piccoli gruppi grandi gruppi

**Fascia d'età:** adolescenza

**Ambiente:** all'interno

**Descrizione del gioco:**

In piedi, in cerchio. Su un ritmo in due tempi: piede sinistro in avanti, si oscilla da un piede all'altro, mentre il braccio destro oscilla avanti e indietro, come se si lanciasse una palla. L'animatore inizia: nel momento in cui il suo braccio è in avanti, lancia una parola. Il suo vicino, due tempi dopo, nel momento in cui il braccio destro è in avanti, lancia un'altra parola, in associazione a quella precedente. Si procede così, sempre per associazione di idee, con l'ultima parola lanciata. Ogni volta che il ritmo s'interrompe, si ricomincia con la persona successiva.

**Lo sbadiglio**

**Tipo di gioco:**

**Gioco espressivo**

**Gioco di animazione teatrale**

**Gioco di respirazione e voce**

**Adatto per:** famiglia piccoli gruppi grandi gruppi

**Fascia d'età:** infanzia fanciullezza adolescenza

**Ambiente:** all'interno

**Descrizione del gioco:**

Il gruppo si dispone in cerchio. Ognuno inizia a sbadigliare, prima solo con la bocca e la mascella, poi aggiunge le braccia, il tronco, le gambe fino a coinvolgere tutto il corpo nello sbadiglio. È naturale includere anche la voce, e questo normalmente accade spontaneamente.

**Varianti:**

A coppie, uno di fronte all'altro, si intrattiene una conversazione di sbadigli, includendo la voce. Si trova poi un modo naturale di concludere la conversazione.

Il gruppo si divide in due schieramenti che, uno di fronte all'altro, sviluppano una conversazione improvvisata di sbadigli.

**Osservazioni:**

Lo sbadiglio collettivo è un ottimo strumento per stimolare l'energia e iniziare un riscaldamento.

**Il suono delle parole****Tipo di gioco:**

**Gioco espressivo**

**Gioco di animazione teatrale**

**Gioco di respirazione e voce**

**Adatto per:** piccoli gruppi grandi gruppi

**Fascia d'età:** fanciullezza adolescenza

**Ambiente:** all'interno

**Descrizione del gioco:**

Ogni partecipante occupa un posto sulla scena: in questa sua porzione di spazio potrà muoversi a proprio piacere, concentrandosi su di se e sulla propria voce. L'esercizio consiste nel ripetere la parola che l'animatore suggerisce accompagnandola con un gesto liberamente associato al suono e al senso della parola. Ritmo, tono, volume di voce e movimento saranno dettati istintivamente dall'emozione che quel termine suscita o richiama in ciascuno dei partecipanti. Le parole potranno essere scelte non solo tra le innumerevoli onomatopee ( tonfo, spruzzo, scricchiolio, ..), ma anche tra termini riferibili alle sfere sensoriali (brillante, puzza, zucchero, velluto) o a concetti (vita, morte, speranza, follia). Non appena il conduttore avrà pronunciato la parola ognuno la ripeterà secondo la sua interpretazione. Si avranno contemporaneamente molte interpretazioni diverse

**Giochi di ritmo.****Cammina il ritmo****Tipo di gioco:**

**Gioco espressivo**

**Gioco di animazione teatrale**

**Gioco di ritmo**

**Adatto per:** piccoli gruppi grandi gruppi

**Fascia d'età:** fanciullezza adolescenza

**Ambiente:** all'interno

**Descrizione del gioco:**

Il conduttore propone una musica con un ritmo molto chiaro e ripetitivo. Ogni partecipante si muove nello spazio inventando una sua camminata seguendo il ritmo. È importante proporre dei modi di muoversi che coinvolgano tutto il corpo (tronco, braccia, testa, ecc..) , ma che non siano eccessivamente complicati, altrimenti è facile perdere il ritmo nel corso dell'esercizio. Quando ognuno avrà trovato la sua camminata il conduttore darà un

segnale : a questo segnale, spontaneamente e senza accordarsi, i partecipanti si disporranno a coppie, uno davanti all'altro e colui che segue abbandonerà la sua camminata per seguire quella del compagno davanti. Dopo qualche minuto, il conduttore darà un altro segnale e le coppie formeranno spontaneamente delle file di quattro dove sarà sempre quello davanti a dettare il modo di camminare. L'esercizio continua così fino a che l'intero gruppo forma una lunga fila indiana che segue la camminata di chi la conduce. ( Se il numero dei partecipanti non permette una suddivisione i gruppi di 4 e poi 8, si stabilisca fin dall'inizio come raggrupparsi nel corso dell'esercizio)

**Materiale necessario:**

Musica ritmata

**Dialogo di ritmi**

**Tipo di gioco:**

**Gioco espressivo**

**Gioco di animazione teatrale**

**Gioco di ritmo**

**Adatto per:** piccoli gruppi grandi gruppi

**Fascia d'età:** adolescenza

**Ambiente:** all'interno

**Descrizione del gioco:**

Si formano due squadre con un conduttore per ciascuna squadra. Uno dei due conduttori inizia il gioco ripetendo quattro volte il medesimo ritmo (eseguito con il corpo e la voce) e indirizzandosi al conduttore dell'altra squadra. Il suo gruppo lo segue, riprendendo il ritmo tre volte, cioè riprendendolo a partire dalla seconda volta. Il conduttore dell'altra squadra risponde con un proprio ritmo che eseguirà anch'egli quattro volte e che i suoi compagni di squadra riprenderanno tre volte. I ritmi e i movimenti devono essere utilizzati come in un dialogo. Ogni frase musicale può essere lunga o corta, semplice o complessa.

**La giostra dei ritmi**

**Tipo di gioco:**

**Gioco espressivo**

**Gioco di animazione teatrale**

**Gioco di ritmo**

**Adatto per:** piccoli gruppi grandi gruppi

**Fascia d'età:** fanciullezza adolescenza

**Ambiente:** all'interno

**Descrizione del gioco:**

I partecipanti si dispongono in cerchio.: uno di loro va al centro ed esegue un movimento qualsiasi accompagnato da un suono o rumore, su un ritmo che inventa. Tutti gli altri lo seguono e cercano di riprodurre esattamente il medesimo movimento e il medesimo suono seguendo il ritmo. Chi conduce il movimento poi, si pone davanti ad un altro partecipante che lentamente va al centro del cerchio e cambia il movimento, il rumore e il ritmo. Il gruppo si adegua alla nuova proposta. I due si scambiano di posto. Chi va al centro deve ogni volta inventare un ritmo musicale e corporeo che sia possibilmente diverso da quelli che gli sono più abituali, senza temere di essere ridicolo. Chi imita deve tentare di riprodurre fedelmente la proposta di chi è al centro. Quest'imitazione ci consente infatti di

rompere i nostri abituali meccanismi di movimento e scoprire nuove possibilità.

**Osservazioni:**

È importante che il gruppo non interrompa mai il movimento, passando da una proposta all'altra, bensì continui a ripetere il ritmo che sta seguendo fino a che se ne istaura uno nuovo.

**La macchina**

**Tipo di gioco:**

**Gioco espressivo**

**Gioco di animazione teatrale**

**Gioco di ritmo**

**Adatto per:** piccoli gruppi grandi gruppi

**Fascia d'età:** fanciullezza adolescenza

**Ambiente:** all'interno

**Descrizione del gioco:**

Un attore si pone al centro dello spazio e s'immagina di essere il pezzo di una macchina. Comincia a fare con il suo corpo un movimento meccanico, ritmico, accompagnandolo da un suono. Gli altri lo osservano. Un secondo attore avanza e si aggiunge alla macchina, proponendo un suo gesto-suono: aggiunge un pezzo all'ingranaggio. Un terzo, osservando la dinamica formata dai primi due, si aggancia al macchinario con una sua proposta gestuale e vocale. Uno per volta, tutti i partecipanti s'integrano formando una macchina sincronizzata.

**Variante:**

Quando tutti sono inseriti, l'animatore può chiedere al primo partecipante di accelerare il ritmo della macchina e poi di diminuirlo fino allo spegnimento. Gli altri devono seguire queste variazioni di ritmo. È possibile anche suggerire un tema ( ad esempio: la macchina dell'amore e la macchina dell'odio). I partecipanti devono continuare ad essere pezzi d'ingranaggio, ma formare una macchina che esprime l'idea suggerita.

**Osservazioni:**

Questo gioco favorisce l'ascolto, la concentrazione del gruppo e la ricerca di un ritmo collettivo.

**Palle e palloni**

**Tipo di gioco:**

**Gioco espressivo**

**Gioco di animazione teatrale**

**Gioco di ritmo**

**Adatto per:** piccoli gruppi grandi gruppi

**Fascia d'età:** fanciullezza adolescenza

**Ambiente:** all'interno

**Descrizione del gioco:**

Ogni partecipante s'immagina di essere in possesso di una palla, o una boccia, o una biglia, o un pallone, Deve immaginare con precisione di che materiale è fatta la sua palla, 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 palla, 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 a faccia a faccia. Continuano a giocare e si osservano con attenzione. Dopo alcuni istanti il conduttore dirà: "Scambiatevi le palle!" Ogni giocatore dovrà prendere la palla 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 palla originaria (cosa che raramente accade!)

### Ritmi in cerchio

**Tipo di gioco:**  
**Gioco espressivo**  
**Gioco di animazione teatrale**  
**Gioco di ritmo**

**Adatto per:** piccoli gruppi grandi gruppi  
**Fascia d'età:** fanciullezza adolescenza  
**Ambiente:** all'interno

#### **Descrizione del gioco:**

I partecipanti si siedono in cerchio. Qualcuno inizia un ritmo. Il compagno di destra lo segue, poi il successivo e così via, fino a che il ritmo ha fatto tutto il giro. A quel punto chi ha iniziato, cambia il ritmo e gradatamente tutto il gruppo si associa al nuovo ritmo. Ciascuno continua a fare un ritmo fino a che non lo rimpiazza con quello nuovo che arriva alla sua sinistra.

#### **Variante:**

Dopo il primo giro, sarà il compagno di destra a proporre il nuovo ritmo. Si procede sempre così, in maniera che ogni partecipante avrà la possibilità di fare la sua proposta che sarà poi seguita dall'intero gruppo.

### La sfilata

**Tipo di gioco:**  
**Gioco espressivo**  
**Gioco di animazione teatrale**  
**Gioco di ritmo**

**Adatto per:** piccoli gruppi grandi gruppi  
**Fascia d'età:** fanciullezza adolescenza  
**Ambiente:** all'interno

#### **Descrizione del gioco:**

Il conduttore stabilisce (con la voce o battendo le mani) una sequenza ritmata in cinque tempi. I partecipanti si dispongono uno accanto all'altro su una linea. Il gruppo avanza ripetendo il ritmo a voce alta. Si dice: 1,2,3,4,5 camminando. Poi 1.2.3.4. camminando e il 5 solo parlato, stando sul posto. Poi 1,2,3, camminato e parlato e 4,5, sul posto. Poi 1,2, camminato e parlato e 3,4,5, parlato, ma sul posto. Infine 1 parlato e camminato e 2,3,4,5 parlato sul posto. Poi si ricomincia da capo.

#### **Osservazioni:**

Il conduttore deve prima mostrare tutto l'esercizio ( e quindi saperlo fare senza esitazioni!) I primi 5 tempi camminati e parlati si attaccano ai primi 4 della seconda serie. Si cammina quindi per 9 passi di fila !



## Variazioni di ritmo

**Tipo di gioco:**

**Gioco espressivo**

**Gioco di animazione teatrale**

**Gioco di ritmo**

**Adatto per:** piccoli gruppi grandi gruppi

**Fascia d'età:** adolescenza

**Ambiente:** all'interno

**Descrizione del gioco:**

Tutti i partecipanti segnano un ritmo con la voce , le mani e le gambe. Dopo alcuni minuti lo modificano lentamente fino a che un nuovo ritmo si impone in tutto il gruppo. Si procede così per diversi minuti. L'intesa va trovata senza prendere accordi prima.

**Variante:**

Ogni attore fa un suo ritmo . Dopo qualche minuto il conduttore lancia un segnale prestabilito: i partecipanti devono unirsi in gruppetti secondo le loro affinità ritmiche. Lentamente poi, i singoli gruppetti cercano di unificare il proprio ritmo e il proprio movimento.

Giochi d'animazione teatrale.

## Le camminate

**Tipo di gioco:**

**Gioco espressivo**

**Gioco d'attenzione**

**Gioco di animazione teatrale**

**Gioco con il corpo**

**Adatto per:** piccoli gruppi grandi gruppi

**Fascia d'età:** infanzia fanciullezza adolescenza

**Ambiente:** all'interno

**Descrizione del gioco:**

Ognuno cammina nello spazio, precedentemente definito, cercando di occuparlo in modo omogeneo. Immaginiamo che lo spazio sia una tavola appoggiata su di una palla: muovendoci dobbiamo tenere la tavola in equilibrio e quindi distribuirci in maniera uniforme nello spazio. Ciò implica la necessità di essere molto attenti a dove stiamo andando e a dove stanno andando gli altri. È importante muoversi secondo delle traiettorie precise e cambiare spesso direzione per evitare di scontrarsi con gli altri e per occupare bene lo spazio. Dopo alcuni minuti il conduttore dà un segnale di stop ( ad esempio battendo le mani o il tamburello). Impariamo a fermarci e a stare immobili, ma pronti per ripartire (non rigidi , ma attenti, come il gatto quando si prepara ad acchiappare la preda). Ad un nuovo segnale del conduttore, ripartiamo.

**Varianti:**

variare il ritmo delle camminate ( lentissimo, veloce, correre, eccetera)

1. Allo stop: fermarsi e cercare qualcuno con lo sguardo, continuare a guardarsi fino a quando viene dato il segnale per ripartire
2. Allo stop: fermarsi in una posizione protesa verso un altro, ripartire dopo il segnale
3. Allo stop fermarsi in una posizione rivolta verso un compagno ma senza utilizzare le

braccia

4. trovare ogni volta posizioni diverse nello stop
5. trovare ogni volta nuovi modi di camminare o di muoversi nello spazio (strisciare, saltare, camminare all' indietro, a quattro zampe, muoversi come..., eccetera)
6. Il conduttore può suggerire di volta in volta un cambiamento nel suolo sul quale ci si muove: il suolo cambia e diventa fango, ghiaccio, sabbia che scotta, eccetera.
7. Il conduttore può suggerire un personaggio o un animale da imitare nella camminata (un uomo che scappa, un sognatore, un vecchio, un gatto, un serpente, eccetera)

**Osservazioni:**

Questo esercizio, nelle sue diverse varianti permette di prendere coscienza dello spazio e del nostro corpo (immobilità e movimento), di allenare l'ascolto degli altri e di esplorare le nostre possibilità espressive.

### Gente per gente

**Tipo di gioco:**

**Gioco espressivo**

**Gioco di conoscenza**

**Gioco di animazione teatrale**

**Gioco con il corpo**

**Adatto per:** piccoli gruppi grandi gruppi

**Fascia d'età:** fanciullezza adolescenza

**Ambiente:** all'interno

**Descrizione del gioco:**

I partecipanti formano delle coppie e si dispongono in cerchio. Al centro del cerchio l'animatore indicherà due parti del corpo, ad esempio "testa - testa", "gomito - pancia", "pollice- orecchio destro" eccetera Le coppie dovranno accoppiare le parti indicate dal conduttore senza abbandonare la posizione precedente. Quando non sarà più possibile aggiungere nuovi ordini, il conduttore dirà "gente per gente" : le coppie si sciolgono e vanno al centro per formare nuove coppie che ricreano il cerchio. Rimane al centro chi non ha formato una coppia e inizia perciò a dare indicazioni agli altri.

**Variante:**

se il gruppo è composto da un numero pari di partecipanti, ci sarà al centro una coppia che presenta anch'essa le figure. Dopo lo scambio resta al centro la coppia che si è formata per ultima.

**Osservazioni:**

Attraverso questo gioco si sperimenta il contatto corporeo in un contesto ludico. Va tuttavia proposto ad un gruppo dove si è già creata un' atmosfera di reciproca fiducia .

### Il re e il buffone

**Tipo di gioco:**

**Gioco espressivo**

**Gioco di animazione teatrale**

**Gioco con il corpo**

**Adatto per:** piccoli gruppi grandi gruppi

**Fascia d'età:** infanzia fanciullezza adolescenza

**Ambiente:** all'interno

**Descrizione del gioco:**

Ci si mette a due a due: uno è il re , l'altro il buffone. Il re cammina davanti al buffone con un portamento austero, conforme alla sua posizione. Il buffone lo segue facendo tutte le smorfie e i gesti possibili, senza fare rumore. Quando il re si gira, il buffone deve farsi trovare sempre impassibile, con un'espressione neutra sul volto e una posizione composta ( in piedi, braccia lungo il corpo). Se il buffone viene sorpreso dal re in una posizione "sconveniente", i due si invertono i ruoli. Naturalmente si può anche cambiare il partner.

**Materiale necessario:**

Nessuno

**Lo scultore e la statua****Tipo di gioco:**

**Gioco espressivo**

**Gioco di conoscenza**

**Gioco di animazione teatrale**

**Gioco con il corpo**

**Adatto per:** piccoli gruppi grandi gruppi

**Fascia d'età:** infanzia fanciullezza adolescenza

**Ambiente:** all'interno

**Descrizione del gioco:**

I partecipanti si dividono a coppie. Ogni coppia si sceglie un posto nello spazio. Uno è lo "scultore" e utilizza il corpo del compagno come "pasta da modellare" per farne una "statua" (riconoscibile o no, si può lasciare spazio all'immaginazione) . I gesti devono essere lenti e precisi. Il lavoro va fatto in un clima di armonia: il contatto attraverso lo sguardo non deve essere mai interrotto.

**Variante:**

Ci sono due possibilità di evoluzione dell'esercizio:

1. ogni scultore si dispone in faccia alla sua statua e deve riprodurre il modello con il proprio corpo
2. ogni scultore si pone di fronte alla propria statua e, un gesto dopo l'altro, prende la forma che gli ha dato. Contemporaneamente la statua abbandona la sua forma e recupera la posizione neutra verticale. Quando tutti gli scultori sono diventati statue si invertono i ruoli.

**Osservazioni:**

È fondamentale che l'animatore precisi che non si deve mai fare "soffrire" la "pasta da modellare". L'esercizio favorisce il contatto fisico, la comunicazione ludica l'ascolto e la confidenza reciproca.

**La siepe****Tipo di gioco:**

**Gioco espressivo**

**Gioco di movimento**

**Gioco di animazione teatrale**

**Gioco con il corpo**

**Adatto per:** piccoli gruppi grandi gruppi

**Fascia d'età:** infanzia fanciullezza adolescenza

**Ambiente:** **all'interno**

**Descrizione del gioco:**

I partecipanti corrono sul posto cercando di muovere il più possibile gambe e braccia . Di fronte a ciascuna siepe immaginaria, l'animatore grida: "SIEPE!". Tutti i partecipanti insieme superano con un salto la siepe gridando "SIEPE!"  
L'esercizio non va prolungato troppo. Cinque o sei siepi saltate sono largamente sufficienti. Occorre prevedere, a fine esercizio, un breve momento per recuperare la respirazione normale

**Osservazioni:**

Questo esercizio persegue i seguenti obiettivi:

- riscaldamento
- espulsione delle tensioni accumulate
- concentrazione del gruppo

**Lo specchio**

**Tipo di gioco:**

**Gioco espressivo**

**Gioco di conoscenza**

**Gioco di animazione teatrale**

**Gioco con il corpo**

**Adatto per:** **piccoli gruppi grandi gruppi**

**Fascia d'età:** **infanzia fanciullezza adolescenza**

**Ambiente:** **all'interno**

**Descrizione del gioco:**

Ci si dispone a due a due, uno in faccia all'altro a una distanza di circa un metro. Ci si guarda negli occhi. Dopo un momento di concentrazione, seguendo il segnale dell'animatore, uno dei due partner inizia lentamente ad eseguire una serie di movimenti che l'altro deve riprodurre come fosse uno specchio. I due devono continuare a guardarsi negli occhi. È importante muoversi con tutto il corpo ( non solo la parte superiore) e coinvolgere nel movimento anche l'espressione del viso. L'obiettivo è quello di trovare un'armonia, quindi chi propone il movimento non deve cercare di sospendere l'altro , ma al contrario, deve controllare che il compagno sia in grado di seguirlo. Dopo alcuni minuti si invertono i ruoli. È utile accompagnare l'esercizio con una musica dolce.

**Variante:**

Quando la coppia ha raggiunto una buona intesa si può evitare di stabilire chi conduce il movimento e chi lo segue, lasciando che ognuno dei due partner proponga dei movimenti e segua contemporaneamente l'altro ( questa variante è proponibile solo a bambini grandi o adolescenti)

**Osservazioni:**

Questo esercizio favorisce la concentrazione, la presa di coscienza del proprio corpo e l'ascolto dell'altro.

**Le statue**

**Tipo di gioco:**

**Gioco espressivo**

**Gioco di animazione teatrale**

<b>Gioco con il corpo</b>
<b>Adatto per:</b> piccoli gruppi grandi gruppi <b>Fascia d'età:</b> infanzia fanciullezza adolescenza <b>Ambiente:</b> all'interno
<b>Descrizione del gioco:</b> I partecipanti si muovono dentro uno spazio (come nelle camminate). Il conduttore suggerisce uno stato d'animo ( tristezza, felicità, rabbia, ..). e subito dopo da un segnale di stop. Ogni partecipante deve fermarsi "come una statua" nella posizione che questo stato d'animo gli suggerisce. A un nuovo segnale del conduttore i partecipanti riprendono la camminata in modo assolutamente neutrale. Non vi deve essere nessuna riflessione o "intellettualizzazione" dell'emozione: la parola suggerita deve trovare immediatamente la sua espressione fisica
<b>Variante:</b> Lo stesso esercizio può essere fatto anche utilizzando nomi di oggetti o animali. Questa variante è molto più adatta per un gruppo di bambini piccoli.
<b>Osservazioni:</b> Questo esercizio permette di esercitarsi nel mantenere una posizione immobile e favorisce la ricerca di spontaneità e l'esteriorizzazione di un'emozione

### La superficie minima

<b>Tipo di gioco:</b> Gioco espressivo Gioco di animazione teatrale Gioco con il corpo
<b>Adatto per:</b> piccoli gruppi grandi gruppi <b>Fascia d'età:</b> fanciullezza adolescenza <b>Ambiente:</b> all'interno
<b>Descrizione del gioco:</b> Ogni attore studia tutte le posizioni che permettono al suo corpo di toccare il meno possibile il pavimento: con le mani, i piedi, un piede e una mano, il sedere, la schiena, il petto, ecc.. Il passaggio da una posizione all'altra deve avvenire molto lentamente, per consentire all'attore di prendere coscienza di tutti i muscoli che partecipano al movimento. L'attore deve avvertire la pesantezza che l'attira verso il basso, e studiare le mille possibilità, oltre a quelle che si usano normalmente nella quotidianità ( posizione seduta, sdraiata e in piedi) di controbilanciare questa forza.
<b>Osservazioni:</b> L'esercizio si propone di de-meccanizzare, de-strutturare, smontare il quotidiano sistema di movimento del nostro corpo, per scoprirne altre potenzialità espressive. È utile accompagnare l'esercizio con una musica dolce
<b>Materiale necessario:</b> Musica dolce

<p><b>Tipo di gioco:</b>  <b>Gioco espressivo</b>  <b>Gioco di animazione teatrale</b>  <b>Gioco di drammatizzazione</b>  <b>Gioco di improvvisazione</b></p>
<p><b>Adatto per:</b> piccoli gruppi grandi gruppi  <b>Fascia d'età:</b> fanciullezza adolescenza  <b>Ambiente:</b> all'interno</p>
<p><b>Descrizione del gioco:</b>          Si scelgono due partecipanti. Uno si siede su una sedia, rivolto verso il gruppo. L'altro è in piedi, a fianco del compagno, ma girato di spalle al pubblico. Quello seduto racconta una storia breve (un minuto circa) il più possibile vivace e piena di immagini. Al segnale: "fine", colui che è girato di spalle, si volta verso il pubblico e danza la storia che ha udito. La danza deve seguire immediatamente l'ascolto e non essere meditata. Il danzatore non è obbligato a raccontare tutta la storia, può scegliere delle immagini o dei personaggi. Quello che conta è come la storia si è iscritta nel suo corpo al momento dell'ascolto e come viene resa agli altri. Ciò che deve essere rispettato, il più possibile, è la durata: la danza deve durare in modo approssimativo, quanto il racconto orale.</p>
<p><b>Osservazioni:</b>          Questo gioco favorisce la concentrazione, l'ascolto reciproco e l'espressione corporea</p> <p style="text-align: center;"><b>Improvvisazione sulle emozioni</b></p>

<p><b>Tipo di gioco:</b>  <b>Gioco espressivo</b>  <b>Gioco di animazione teatrale</b>  <b>Gioco di drammatizzazione</b>  <b>Gioco di improvvisazione</b></p>
<p><b>Adatto per:</b> piccoli gruppi grandi gruppi  <b>Fascia d'età:</b> fanciullezza adolescenza  <b>Ambiente:</b> all'interno</p>
<p><b>Descrizione del gioco:</b>          I partecipanti si dividono in piccoli gruppi di 2-3 persone e pescano ciascuno una carta sulla quale è rappresentata una persona il cui atteggiamento esprime un sentimento. In pochi minuti inventano una situazione nella quale ciascuno interpreta il sentimento rappresentato nella sua carta. Quando la scena è pronta la presentano al resto del gruppo.</p>
<p><b>Variante:</b>          Si può decidere di utilizzare o meno la voce, o eventualmente di utilizzarla solo come suono, parlando con i grammelots (vedi il gioco di voce "discorsi a vanvera")</p>
<p><b>Osservazioni:</b>          È importante ricordare ai partecipanti di accordarsi bene sull'inizio e la fine della scena che vogliono rappresentare</p>
<p><b>Materiale necessario:</b>          Ritratti di persone diverse la cui immagine descrive un'emozione (carte E-motion SCHUBI</p>

di SCHUBIGER).

## Indovina l'oggetto

### Tipo di gioco:

**Gioco espressivo**

**Gioco di animazione teatrale**

**Gioco di drammatizzazione**

**Gioco di improvvisazione**

**Adatto per:** piccoli gruppi grandi gruppi

**Fascia d'età:** fanciullezza adolescenza

**Ambiente:** all'interno

### Descrizione del gioco:

Si formano dei gruppetti di tre partecipanti. Ad ogni gruppo viene distribuito un biglietto con scritto il nome di un oggetto. I giocatori hanno circa 10 minuti di tempo per trovare il modo di costruire con i propri corpi l'oggetto in questione. È possibile utilizzare anche la voce per riprodurre il rumore. È più interessante proporre oggetti che hanno un movimento e quindi cercare di riprodurli in movimento.

Esempi macchina per cucire, per lavare, telefono, fax, cerniera, penna a biro, pentola a pressione, ferro da stiro, caffettiera, ecc.. Quando i gruppi sono pronti ( fate rispettare i tempi di preparazione! ) presentano la loro creazione: agli altri il compito di indovinare di cosa si tratta.

### Osservazioni:

È importante ricordare che non si deve rappresentare una persona che usa l'oggetto, ma l'oggetto in se!

### Materiale necessario:

Bigliettini con scritti diversi oggetti

## L'offerta

### Tipo di gioco:

**Gioco espressivo**

**Gioco di animazione teatrale**

**Gioco di drammatizzazione**

**Gioco di improvvisazione**

**Adatto per:** piccoli gruppi grandi gruppi

**Fascia d'età:** adolescenza

**Ambiente:** all'interno

### Descrizione del gioco:

Il gioco si sviluppa in tre momenti

Si chiede ai partecipanti, prima della seduta di animazione teatrale, di procurarsi un oggetto d'uso comune (forchetta, sciarpa, matita,...)

I partecipanti disposti in cerchio si scambiano gli oggetti. Uno per volta, ciascuno offre a un altro il proprio oggetto attribuendogli, a voce alta, una caratteristica e una funzione diversa da quella che ha. Ad esempio un partecipante offre ad un altro un paio di occhiali e dice: "Eccoti questo cagnolino di due mesi che ho trovato nel bosco. Sono sicuro che sei la persona più adatta per occuparsene".

Dopo un momento di riflessione e concentrazione ciascuno deve presentare al gruppo un'improvvisazione utilizzando l'oggetto ricevuto con la funzione che gli è stata attribuita da chi lo ha offerto.

### L'oggetto magico

**Tipo di gioco:**

Gioco espressivo

Gioco di animazione teatrale

Gioco di drammatizzazione

Gioco di improvvisazione

Adatto per: **piccoli gruppi** **grandi gruppi**

Fascia d'età: **infanzia** **fanciullezza** **adolescenza**

Ambiente: **all'interno**

**Descrizione del gioco:**

L'animatore mette un oggetto d'uso comune (sedia, scarpa, bastone, piatto, ...) di fronte al gruppo. Chi vuole improvvisa una situazione di fronte al gruppo utilizzando l'oggetto con una funzione diversa rispetto alla sua normale funzione. Una scarpa potrà essere tutto (un bébé, un telefono, un mazzo di fiori) tranne che una scarpa. È importante sviluppare l'idea e non esaurirla in pochi gesti.

**Variante:**

A tempo di musica, si devono passare degli oggetti (bastone, cappello, coperchio). Quando la musica cessa, chi ha l'oggetto inizia l'improvvisazione

**Osservazioni:**

Questo gioco si presta ad essere sviluppato in un'improvvisazione a gruppi: si chiede a due &ndash;tre partecipanti di inventare e presentare una breve scena utilizzando un oggetto con una o più funzioni diverse da quella usuale.

**Materiale necessario:**

Oggetti

### La torta malefica

**Tipo di gioco:**

Gioco espressivo

Gioco di animazione teatrale

Gioco di drammatizzazione

Gioco di improvvisazione

Adatto per: **piccoli gruppi** **grandi gruppi**

Fascia d'età: **adolescenza**

Ambiente: **all'interno**

**Descrizione del gioco:**

Il conduttore stabilisce un luogo dell'azione e una serie di personaggi con le loro caratteristiche (un personaggio per ogni partecipante) I personaggi devono fare parte di un cetto sociale molto formale (aristocratici, religiosi, mondo diplomatico, eccetera). Essi sono molto rigidi nel loro comportamento ( di conti, avvocati, uomini politici, eccetera) Viene poi stabilita la situazione dell'incontro: un ballo, una cerimonia, un anniversario, ... Ogni partecipante estrae a sorte il suo personaggio. Dopo un momento di riflessione si da il via



all'improvvisazione. Ad un certo punto, stabilito dal conduttore, i partecipanti consumano una torta malefica che leva loro tutte le inibizioni e convenzioni. Ogni personaggio, a poco a poco, sente manifestarsi in lui una natura anticonformista e disinibita fino a che l'incontro si trasforma in un momento di follia collettiva. Dopo questo momento ogni personaggio ritorna gradatamente nel suo ruolo, con il senso di colpa di essersi lasciato andare, ma con il ricordo di un momento di libertà

**Osservazioni:**

Questo gioco sviluppa l'immaginazione e consente di sperimentare l'improvvisazione a partire da un personaggio assegnato

**La valigia**

**Tipo di gioco:**

**Gioco espressivo**

**Gioco di animazione teatrale**

**Gioco di drammatizzazione**

**Gioco di improvvisazione**

**Adatto per:** famiglia piccoli gruppi grandi gruppi

**Fascia d'età:** adolescenza

**Ambiente:** all'interno

**Descrizione del gioco:**

I partecipanti si siedono in gruppo. Il conduttore pone di fronte al gruppo una valigia chiusa. Uno dei partecipanti viene ad aprirla, ci guarda dentro e descrive agli altri ciò che loro non possono vedere. Colui che descrive può raccontare ciò che vuole: la valigia può contenere un pigiama e uno spazzolino da denti oppure un transatlantico, il pianeta Marte o il fondale marino,... Chi racconta deve descrivere tutto ciò che di meraviglioso scopre nella valigia, senza realmente vederlo, al gruppo che lo ascolta e lo guarda stupito. Quando ha finito torna a suo posto e qualcun altro può aprire la valigia per scoprire altre cose...

**Osservazioni:**

Questo gioco è utile per sviluppare l'immaginazione e la capacità di raccontare. Consente anche di prendere coscienza dell'espressività del volto.

**I quadri viventi**

**Tipo di gioco:**

**Gioco espressivo**

**Gioco di animazione teatrale**

**Gioco di drammatizzazione**

**Gioco di improvvisazione**

**Adatto per:** piccoli gruppi grandi gruppi

**Fascia d'età:** fanciullezza adolescenza

**Ambiente:** all'interno

**Descrizione del gioco:**

Si delimita in modo chiaro uno spazio scenico e si formano dei gruppetti di 6-10 persone. Ad ogni gruppetto viene consegnato un biglietto che suggerisce un ambiente (ad esempio: il fondo marino, lo stagno, la giungla, la metropoli, ..). I membri del gruppetto si dispongono dapprima, insieme al resto del gruppo, davanti allo spazio poi, senza prendere accordi

verbali, cercano di riprodurre nello spazio definito un quadro che suggerisca l'ambiente che è stato loro assegnato. Un primo membro del gruppetto entra nello spazio ed assume una posizione immobile (se ad esempio l'ambiente è il fondo marino, può decidere di fare l'alga o il paguro, o il corallo, .). Ad uno ad uno lo seguono gli altri che devono valutare la proposta di chi li ha preceduti per completare il quadro. Quando tutti i componenti del gruppetto avranno preso posizione, il pubblico dovrà cercare di indovinare qual è l'ambiente rappresentato. Quando il quadro è completo si può chiedere ai partecipanti di animarlo e lasciare quindi spazio a qualche minuto d'improvvisazione Lentamente poi il gruppo torna ad immobilizzarsi

**Materiale necessario:**

Bigliettini con diversi ambienti da riprodurre

**Spaghetti e verdugale**

**Tipo di gioco:**

**Gioco espressivo**

**Gioco di animazione teatrale**

**Gioco di drammatizzazione**

**Gioco di improvvisazione**

**Adatto per:** piccoli gruppi grandi gruppi

**Fascia d'età:** adolescenza

**Ambiente:** all'interno

**Descrizione del gioco:**

I partecipanti si dispongono in cerchio, in piedi. L'animatore si mette in faccia ad uno di loro e gli porge una parola. Immediatamente il partecipante deve entrare nel cerchio e proporre la sua interpretazione gestuale e sonora della parola. L'interpretazione deve iniziare subito dopo aver sentito la parola. Deve essere spontanea: non deve intervenire nessuna intellettualizzazione Le parole proposte dovranno far parte del vocabolario usuale ( es: spaghetti) ma anche di un vocabolario più elaborato (es: verdugale). Se la parola non è capita, o non esiste, il partecipante che l'ha ricevuta deve comunque darne la sua interpretazione. Il lavoro deve essere più gestuale che vocale, tuttavia suoni, onomatopee o brevi frasi, sono ammesse. Quando il primo partecipante ha concluso la sua interpretazione si dispone davanti ad un altro partecipante e gli propone un'altra parola.

**Variante:**

È importante vegliare a che il lavoro non sia troppo succinto: ognuno deve esplorare la propria proposta, il proprio primo gesto, e portare a compimento l'idea che esprime. È spesso nel momento in cui ci si sente "a corto di idee " che nasce l'idea più forte.

**Trasformazioni**

**Tipo di gioco:**

**Gioco espressivo**

**Gioco di animazione teatrale**

**Gioco di drammatizzazione**

**Gioco di improvvisazione**

**Adatto per:** piccoli gruppi

**Fascia d'età:** adolescenza

**Ambiente:** all'interno

**Descrizione del gioco:**

È un gioco d'improvvisazione. 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 dispongono 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 i partecipanti seguano le proposte prontamente e costruttivamente. Tutto è valido, tranne farsi male.

**Variante:**

Quando il gioco funziona si può lasciare ai partecipanti il compito di battere le mani per lanciare una nuova idea e ripartire.

**Giocare con la maschera neutra**

La maschera neutra è un valido strumento per approfondire l'espressione corporale. Nella vita quotidiana, siamo soliti privilegiare la mimica facciale per esprimere emozioni e sensazioni. Quando siamo chiamati a fare esercizi teatrali, la tendenza è quella di ricalcare questa abitudine esagerandola. In realtà è però tutto il corpo ad esprimersi, dalla testa ai piedi. Indossando una maschera 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.

**Proposte di utilizzo**

La maschera neutra può esser utilizzata in molti giochi di improvvisazione e drammatizzazione.

Proponiamo alcuni suggerimenti per imparare a conoscerla:

1. Il gruppo si dispone in cerchio. A turno ogni partecipante fa un gesto e s'immobilizza in una posizione. Quando tutti sono immobili si può procedere ad un altro giro. Il primo partecipante fa un nuovo gesto e s'immobilizza in una nuova posizione. Il compagno successivo lo segue e così via.
2. Il gruppo cammina nello spazio (se possibile in semi oscurità). L'animatore suggerisce un'emozione. Al segnale (eventualmente, la luce) tutti s'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)
3. Camminate: ogni partecipante attraversa lo spazio proponendo la camminata di un personaggio, o di un animale.
4. Azione e situazione: si stabilisce un'azione comune (entrare e sedersi su una sedia, rispondere al telefono, scrivere una lettera, eccetera). Ogni partecipante esegue l'azione inventandosi una sua motivazione e un suo personaggio.
5. Incontro: i partecipanti si dispongono a coppie e rapidamente stabiliscono una situazione di incontro che poi mimano di fronte agli altri (due innamorati che si

incontrano, una persona che ne saluta un'altra scambiandola per una terza, due nemici, eccetera)

Si possono in seguito proporre altri esercizi di improvvisazione a piccoli gruppi, su temi, situazioni, ambienti eccetera .

### **Costruire una maschera neutra**

#### **Materiale**

- cartoncino bianco formato A5 (148 x 205 mm)
- cutter
- colla bianca
- forbici
- elastico sottile

#### **Procedimento**

Seguendo il modello ([vedi libro maschere](#)), ritagliare occhi, naso e bocca. Il naso deve rimanere attaccato alla base nella parte superiore.

Fare due intagli laterali **(A)** e uno in basso al centro **(B)** , sempre seguendo il modello.

Sovrapponendo le estremità di questi tagli, si otterranno la prominente della fronte e la rotondità del mento. Ai margini, all'altezza degli occhi, eseguire due piccoli fori per inserire l'elastico **(C)** . Arrotondare gli spigoli della maschera con le forbici. Le misure del modello vanno eventualmente adeguate. In particolare per gli occhi. si consiglia di praticare prima un piccolo foro ai punti **D** e poi allargarli nella direzione e dimensione adatta.

#### **Osservazioni**

Questa maschera può naturalmente fungere da base per altre maschere. Può essere costruita con cartone colorato e può essere decorata.

Si possono sottolineare occhi e bocca, dandole un'espressione particolare, oppure aggiungervi capelli, strisce colorate o altro.

Come maschera neutra è tuttavia molto utile per esercitare l'espressione corporea