PROGETTO YOGA DELLA RISATA E KAMISHIBAI A.S.2022-23

Nel corso del seguente anno scolastico alcune classi della Scuola Primaria M.Lodi dell'I.C.Enrico Mattei di Matelica hanno partecipato ai progetti di Yoga della Risata e Kamishibai tenuti dall'esperto interno Ins.Gabriella Ceccarelli docente dell'istituto. Per il Progetto di Y.d.R sono state coinvolte le classi Prime sez.C-D, la classe Terza sez.C e la classe Quarta sez.D.; le classi Terza sez.C e Quarta sez.D hanno aderito anche al progetto Kamishibai.

I bambini oggi sono sempre più soggetti a nuove e diverse realtà; il gioco e l'attività fisica sono limitati, l'interazione tra bambini è sostituito da giochi elettronici e mezzi di comunicazione a distanza. Lo Yoga della Risata diventa un ottimo modo per farli giocare, ridere, cantare e danzare. I bambini all'inizio erano molto curiosi in quanto non conoscevano questa disciplina e col procedere delle sessioni sono entrati nello spirito più puro dello Yoga della Risata con pienezza e partecipazione. Il progresso che si è avuto modo di testimoniare è stato davvero incredibile: anche gli alunni all'inizio più vivaci, durante le sessioni, si tranquillizzavano e partecipavano con entusiasmo ed attenzione, quasi in attesa di quell'ora da trascorrere insieme. Lo Yoga della Risata, grazie alla struttura della sessione e alla ripetizione delle risate di base, incrementa moltissimo la capacità di attenzione. Le risate che hanno riscontrato maggiore successo sono state la Risata Lunga un Metro, la Risata della Zuppa Bollente e tante altre; l'attenzione e l'ascolto sono stati potenziati anche grazie alla Respirazione Calcutta, al Soffiare sul Fiore o sulle Candeline di una Torta immaginaria.

Altri aspetti importanti sono stati il Gioco e il Ballo in quanto, utilizzando la musica, i bambini hanno ballato liberamente o seguendo i movimenti dell'esperto. Si sono svolti vari giochi tra cui quello del Paracadute da loro molto gradito perché, accompagnati da un sottofondo musicale; ogni bimbo a turno si collocava sotto il Paracadute tenuto dai compagni e lì liberava la sua fantasia ridendo e ballando.

Ultimo step quello del rilassamento dove i bimbi si stendevano sui tappetini a respirare con gli occhi chiusi ascoltando musica New Age. Questo è stato un aspetto dello YdR molto apprezzato in quanto, per circa 15 min. anche gli alunni più irrequieti riuscivano a rilassarsi. Le sessioni aperte ai genitori hanno coinvolto tutti i presenti e piacevolmente colpito i genitori stessi. Agli alunni e alle docenti sono stati consegnati gli Attestati di partecipazione.

Si ingraziano le colleghe Fagotti Floriana, Spurio Rosalba, Marinelli Barbara e Agostinelli Donatella per la loro partecipazione e disponibilità.

Il Kamishibai , traducibile come “spettacolo teatrale di carta”, è una forma di narrazione che ha avuto origine in Giappone nel XII secolo, dove i monaci lo utilizzavano per narrare ad un pubblico, principalmente analfabeta, delle storie dotate di insegnamenti morali. Il Kamishibai rappresenta uno strumento didattico molto interessante per la sua capacità di attirare i nostri bambini e di suscitare in loro emozioni. Chiaramente anche proporre una storia in maniera tradizionale mobilita emozioni e cattura l'attenzione, tuttavia il Kamishibai, nella sua progettazione, risulta essere molto più stimolante e divertente. Posizionarsi dietro al teatrino e leggere o meglio interpretare il testo della storia è un approccio diverso per introdurre i bambini alla lettura e all'ascolto, per stimolarli, per arricchire lo scambio e l'interazione didattica. Raccontare storie contribuisce a rendere più sereno e rilassato il clima d'aula favorendo l'apprendimento stesso. Usare il Kamishibai nella didattica non significa sostituire o eliminare l'utilizzo di storie e racconti tradizionali, ma si pone come uno strumento didattico alternativo capace di stimolare la motivazione sia nei bambini che negli insegnanti. Sappiamo benissimo il ruolo che riveste la motivazione nell'apprendimento e quanto sia importante, in un'ottica costruttivista, mettere il bambino al centro facendolo diventare il vero protagonista dell'apprendimento. Utilizzare il Kamishibai in aula ha la capacità di creare un effetto magico e creare suspense. Il tutto è possibile grazie all'effetto sorpresa creato dal teatrino e dall'insegnante. Il movimento delle tavole fa in modo che i nostri piccoli spettatori pensino, riflettano e cerchino di immaginare cosa potrebbe succedere nella tavola successiva, andando così a lavorare sulla capacità di anticipazione e sulla capacità di mantenere un livello di concentrazione adeguato. I bambini hanno ascoltato varie fiabe e sono intervenuti dopo la lettura ponendo domande sugli eventi e i loro personaggi; hanno loro stesso disegnato e ritagliato delle marionette alle quali hanno fatto vivere storie da loro inventate utilizzando il Kamishibai. Hanno lavorato in gruppo condividendo momenti di grande divertimento. Al termine del progetto sono stati consegnati ai docenti e agli alunni gli Attestati di Partecipazione e tutto il materiale da loro prodotto. Si ringraziano le colleghe Ninassi Patrizia e Parrini Patrizia per la loro collaborazione e gentilezza.