

TEATRO FISICO ESPRESSIVO

Il **Laboratorio di Teatro Fisico Espressivo** è un viaggio in un mondo dove per comunicare non c'è solamente la parola... ma ci sono anche i suoni e soprattutto c'è il corpo! A seconda delle forme che assume, il corpo esprime sfumature diverse del nostro essere (intenzioni, emozioni, stati d'animo...), così si può imparare ad usare questo strumento consapevolmente per comunicare con gli altri, come i pittori fanno attraverso i colori e le illustrazioni e come gli animali fanno per "parlare" con i loro simili. Giocare con il corpo e con la mimica è divertente e lo si farà "seriamente", attraverso esercizi presi dal training teatrale degli attori, dei mimi e dei clown. Si lavorerà sulle emozioni, che sono come colori, che ognuno di noi ha dentro, ogni giorno e ogni attimo diversi...per tirarli fuori, guardarli e giocarci con creatività.

Lo scopo del corso è innanzitutto quello di prendere coscienza delle nostre possibilità espressive, a tutto tondo, per scoprire nuovi modi di "dire" le cose, a partire dal corpo. L'attenzione sarà posta sullo stimolo e la gestione del lavoro di gruppo, il gioco sarà il tramite di tutto il percorso, gli esercizi sono volti all'accrescimento della propria autostima fisico-interiore.

Alcune tappe del lavoro:

- conoscenza e armonia nel gruppo;
- riscaldamento del corpo;
- apprendimento motorio, tramite training di semplici tecniche teatrali;

- presenza: cosa vuol dire “essere presenti”. Ascolto di sé e degli altri, osservazione e gestione degli spazi, degli oggetti e degli altri componenti del gruppo, collaborazione nelle azioni e nella creazione di una scena fisica;
- presa di coscienza delle proprie emozioni attraverso esercizi, giochi e colori...
- oggetti: giocare con gli oggetti e rivoluzionarne il significato;
- creazione di piccole messe in scena.

Cosa serve: i bambini dovranno indossare vestiti comodi (es. tuta), possibilmente scarpette da ritmica, o scarpette da ginnastica, oltre a calze antiscivolo. Eventuali altre indicazioni di materiali verranno date in corso d’opera.

Marta Mingucci ha seguito un percorso teatrale, (iniziato 16 anni fa e ancora attivo) che è partito dal corpo, studiando teatro fisico, mimo e clown teatrale, seguendo gli insegnamenti di maestri internazionali (Giorgio Formenti, Francois Juliott, André Casaca, Jean Mening, Pippo Del Bono...), integrando con la danza contemporanea (con Tery J. Weikel e altri maestri) e tecniche circensi (filo teso con Valentin Hecker, Soledad Prieto; corda aerea con Roberto Magro, acrobatica di base con Guillaume Hotz e Aeneah Ochaka...). Successivamente ha integrato la sua formazione con l’utilizzo della voce e del testo (studiando con Dario Fo, Jacopo Fo, Franca Rame...).

L’altra sua grande passione è la pittura e l’illustrazione e il mondo naturale nel suo profondo. Gli spettacoli che lei crea attualmente affrontano temi naturalistici.

Corso di teatro/teatro fisico per adulti (livello base)

Il corso è aperto a chiunque desideri mettersi in gioco, divertirsi ed esplorare nuovi modi di comunicare.

Inizialmente eseguiremo esercizi che mirano ad una maggiore consapevolezza del corpo, del movimento, delle emozioni e della voce; in seguito affronteremo lo studio del personaggio e la realizzazione di scene dialogate.

Dai 18 anni in su.

ARGOMENTI TRATTATI:

- Rilassamento e concentrazione
- Azione fisica e spazio scenico
- Controllo delle emozioni
- Immedesimazione e sensorialità
- Elementi base di uso della voce
- Costruzione del personaggio
- Scene dialogate ed improvvisazione