

Sezione dell'insegnamento medio superiore

6501 Bellinzona
www.ti.ch/sims

Il Corpo come strumento pedagogico e sensibile nell'esperienza motoria e artistica

Docente organizzatore (nome, cognome, sede)	Michele Gianella
Data del corso	2 aprile 2026
Luogo del corso	Liceo di Mendrisio
Destinatari del corso Obbligatorio per i docenti di: Facoltativo per i docenti di:	 Educazione Fisica e Arti visive delle SMS
Iscrizione	Si <input checked="" type="checkbox"/> NO <input type="checkbox"/>
Ev. termine di iscrizione	16 marzo
La lista dei partecipanti verrà consegnata alla Sezione dell'insegnamento medio superiore per la registrazione dei QM.	
Per informazioni rivolgersi a:	Michele Gianella michele.gianella@edu.ti.ch 0766932803

Programma e orari del corso

Inizio del corso: ore 08.15

Fine del corso: ore 12.15

Conduzione: Cristina Crippa

ARTICOLAZIONE DEL PERCORSO

1. Accoglienza e Cornice Teorica

- Presentazione della conduttrice e condivisione degli obiettivi del laboratorio.
- Dialogo introduttivo: "Il corpo è il nostro medium primario: quali connessioni tra esperienza corporea e i nostri insegnamenti?".
- Breve inquadramento teorico: i principi dell'educazione somatica e della pedagogia del corpo come base per un insegnamento integrato. Introduzione dei temi chiave: corpo sensibile, percezione ampliata, regolazione del sistema nervoso, intelligenza collettiva del gruppo-classe.

2. Mappatura delle Esperienze e dei Bisogni

- Cerchio di parola guidato: "Raccontiamo un punto di forza o un'attività di cui siamo soddisfatti e una sfida-difficoltà nel nostro insegnamento, in relazione alla dimensione corporea degli studenti".
- Mappatura collettiva visiva (con post-it) per evidenziare i punti di contatto tra le discipline e le aree di interesse comune da esplorare evidenziando punti di forza e aree da esplorare.

3. Esperienze Pratiche: Il Laboratorio del Corpo Sensibile

- 1 - Risveglio Sensoriale e Presenza (individuale): Esercizi di grounding e di scansione corporea (body scan) per portare l'attenzione al respiro, al contatto con il suolo, alle sensazioni interne. Risveglio articolare e mobilità.
- 2 - Scoperta del corpo attraverso il contatto. Piccola introduzione al consenso e sul ruolo del contatto nella società. Riscoperta del tatto come senso che ci permette di conoscere e che può sostenere la regolazione del sistema nervoso. A coppie diamo e riceviamo contatto scoprendo i vari sistemi: pelle, muscoli, ossa e possibilità motorie.
- 3 - Esplorazione in coppia e in gruppo, sperimentando un'intelligenza collettiva nel muoversi insieme come gruppo, prendendo decisioni senza processi verbali.
- 4 - Lavoro sulla composizione dei corpi nello spazio: come nel disegno la composizione è la relazione tra segni e forme nello spazio bianco del foglio, allo stesso modo si indagherà la relazione dei corpi nello spazio.
- 5 - Esercizi di contatto e peso: dare e ricevere peso in modo non performativo, per potenziare la propriocezione, per esplorare la fiducia, il confine e il sostegno e ancora una volta, la regolazione del sistema nervoso.

- Momento di Pausa e Verbalizzazione Intermedia

Condivisione in piccolo gruppo delle sensazioni emerse. Domande guida: "Cosa è vivo in me ora? C'è qualcosa che ho osservato e/o scoperto? "Come questa esperienza potrebbe influenzare il mio modo di creare e presentare una proposta per la classe?".

4. Chiusura e Restituzione Finale

- Cerchio conclusivo: guardiamo assieme la mappa iniziale. Ogni partecipante condivide una parola-chiave o un'intenzione che porterà con sé.
- Restituzione sintetica della conduttrice per riannodare i fili tra teoria, esperienza e pratica didattica.
- Presentazione della possibilità di offrire incontri guidati in classe – osservabili dai docenti sui propri studenti – o percorsi formativi dedicati ai docenti.