

## Pratica 2 by VoArte

### Nome del gesto (più grande di me)

**Durata:** a seconda del numero di partecipanti (esempio: 10 persone 20 minuti)

Iniziare a conoscersi. Lavorare sulla coordinazione e sull'attenzione attraverso l'uso della voce contemporaneamente al gesto/movimento. Coordinazione motoria e memoria coreografica attraverso il riconoscimento dell'altro. Alla ricerca di te stesso nel qui e ora.

#### Fasi

- 1) osservare lo spazio, prepararsi al Punto d'Incontro con il Corpo
- 2) utilizzare la voce che pronuncia il nome come manifestazione della nostra identità
- 3) tutti i partecipanti dicono il loro nome da destra a sinistra
- 4) mantenere la posizione iniziale del Punto di Incontro con l'Organismo
- 5) nel cerchio pronunciare il nome della persona a sinistra, procedendo in ordine da destra e viceversa, giocando con la memoria e il ritmo
- 6) pronunciare il nome interiorizzando la forza interiore e associare la parola superpotere, cercando il contrappunto, la fragilità, e compiere il gesto del nome
- 7) ogni partecipante pronuncia il proprio nome con un movimento e tutti lo ripetono, combinando ogni gesto per formare una sequenza
- 8) per ogni due partecipanti/gesto del nome, si torna all'inizio e tutti ripetono i nomi nell'ordine del cerchio
- 9) tornare sempre al punto di partenza

#### Fase successiva:

Ripeti l'esercizio in silenzio, senza voce, per sentire la dinamica del gruppo e il suo ritmo di connessione