

## Pratica 3 by VoArte

### Nome del GESTO e dello SGUARDO

**Durata:** 20- 30 minuti

Coordinazione motoria e memoria coreografica attraverso il riconoscimento degli altri. Utilizzare il contatto visivo per creare un'altra connessione simultaneamente al movimento. Lavorare sul movimento nello spazio e sul ritmo del gruppo.

#### Fasi

- 1) usa lo sguardo per connetterti a un partecipante nel cerchio
- 2) per chiamare la persona che stiamo guardando utilizziamo il gesto del suo nome
- 3) muoversi nello spazio utilizzando il movimento del gesto del nome e prendendo il posto del partecipante
- 4) ogni partecipante dovrebbe lasciare il proprio posto solo quando inizia il processo di utilizzo dello sguardo per connettersi e dell'utilizzo del gesto del nome per chiamare un altro partecipante
- 5) senti il ritmo della camminata quando chiami un altro partecipante
- 6) è importante stabilire un contatto visivo per facilitare la connessione
- 7) guardare un'altra persona, stabilire un contatto visivo e cambiare posizione, non rimanere nello stesso posto per più di 10 secondi
- 8) utilizzare il linguaggio del corpo per rendersi conto che l'altra persona ci sta guardando
- 9) tutti con tutti allo stesso tempo

#### Fase successiva:

- 10) fate lo stesso esercizio senza girare in cerchio, ma camminate nello spazio con tutti i partecipanti