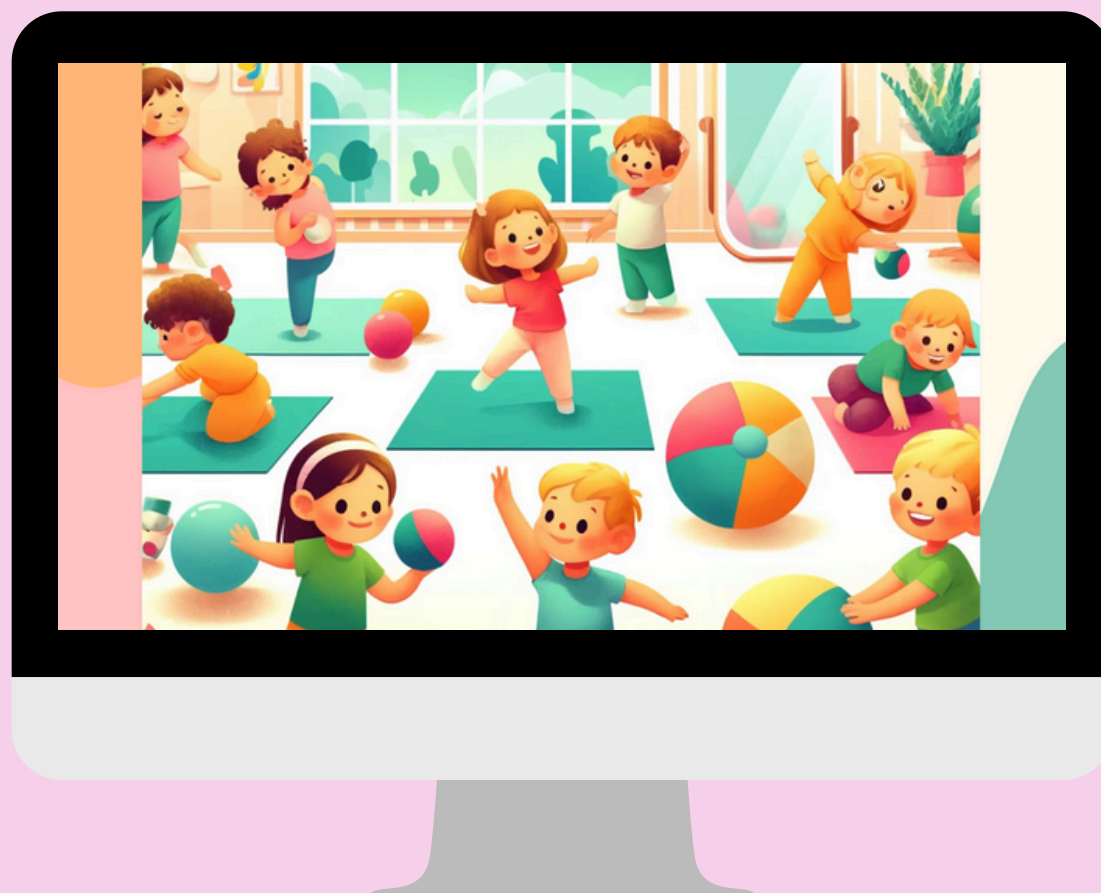


LA DANZA NEI PICCOLI

LA MINI GUIDA GRATUITA PER INSEGNANTI DI DANZA

*Idee creative e funzionali per progettare
le tue lezioni per allievi 3-6 anni*



Ho preparato per te una
mini - guida gratuita
con 3 consigli pratici
per le tue lezioni

www.cristianacappi.it



SE INSEgni

AI PICCOLI E A VOLTE TI
TROVI SENZA IDEE O SENTI IL
BISOGNO DI STRUTTURARE
MEGLIO IL PERCORSO



SE CERCHI

STRUTTURA

SICUREZZA

CREATIVITÀ

COINVOLGIMENTO

OBIETTIVI CHIARI

RISULTATI VISIBILI

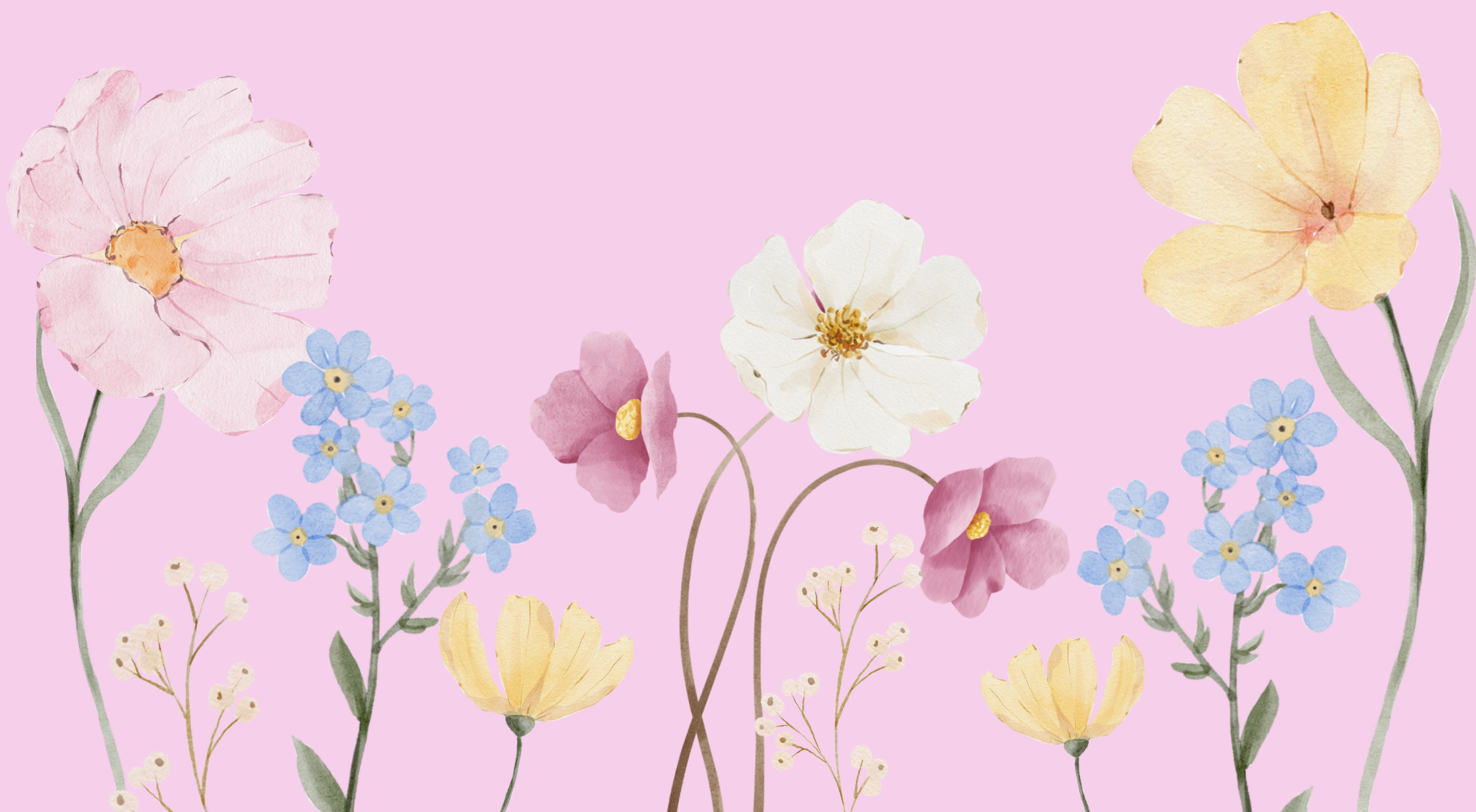


La danza nei piccoli



Il Cerchio della Natura

Età: 3-4 anni





La danza nei piccoli

L'accoglienza

L'ACCOGLIENZA È UN MOMENTO CHIAVE NELLE LEZIONI CON I PICCOLI: CREA SICUREZZA, ROUTINE E FIDUCIA

OBIETTIVO:
CATTURARE L'ATTENZIONE,
CREARE UN SENSO DI GRUPPO
INIZIARE CON CALMA

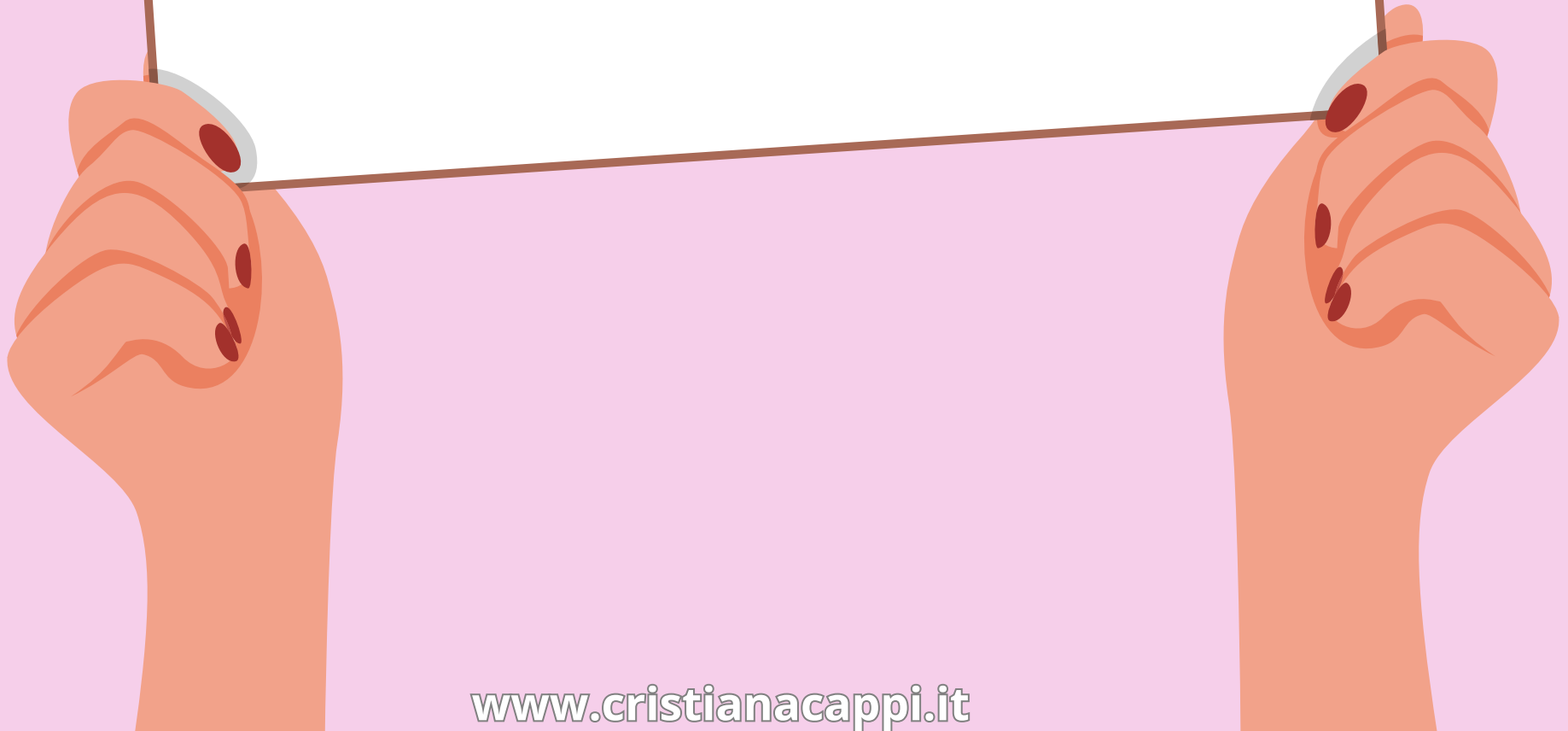


La danza nei piccoli

La storia



UN GIORNO, NEL BOSCO MAGICO,
IL SOLE SI SVEGLIÒ PRESTO E
SCALDÒ UN ANGOLO DI TERRA
DOVE UN PICCOLO SEME DORMIVA.
CON I RAGGI DEL SOLE, IL SEME
COMINCIÒ A RESPIRARE,
ALLUNGARSI E STIRACCHIARSI



La danza nei piccoli



Preparazione dello spazio:

I bambini si siedono in cerchio, a gambe incrociate o sui talloni.

Al centro del cerchio puoi posizionare un oggetto simbolico naturale: un cestino con foglie, una pigna, una piuma, un fiore finto o un piccolo animaletto del bosco.



La storia



POI ARRIVÒ UN VENTO LEGGERO,
CHE DANZAVA TRA GLI ALBERI.
ANCHE IL FIORE COMINCIÒ A
MUOVERSI, SEGUENDO IL RITMO
DELL'ARIA, FELICE DI GIOCARE CON
LA NATURA.

La danza nei piccoli



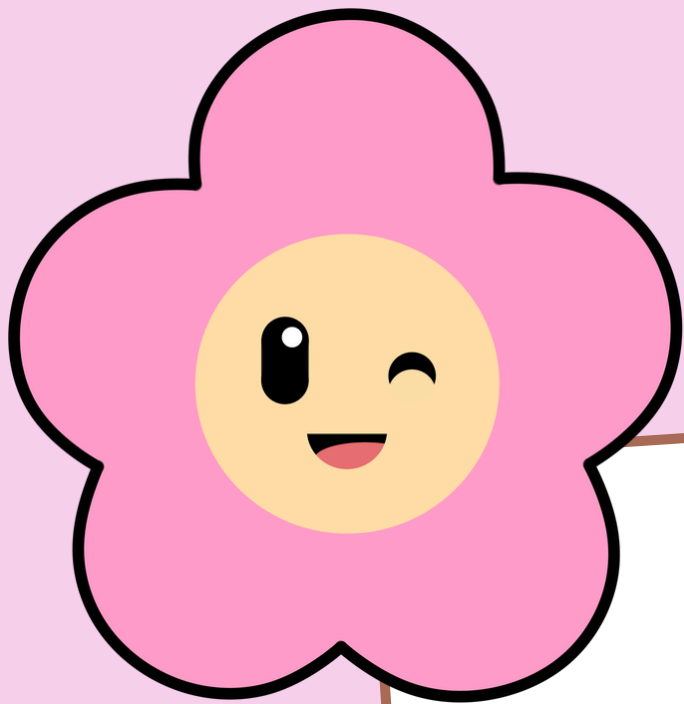
Silenzio e respiro
esercizio n. 1
warm up

**INIZIA LA MAGIA
DEL VENTO
DEL BOSCO...**

**FACCIAMO UN RESPIRO
INSIEME COME FA IL
VENTO TRA GLI ALBERI**

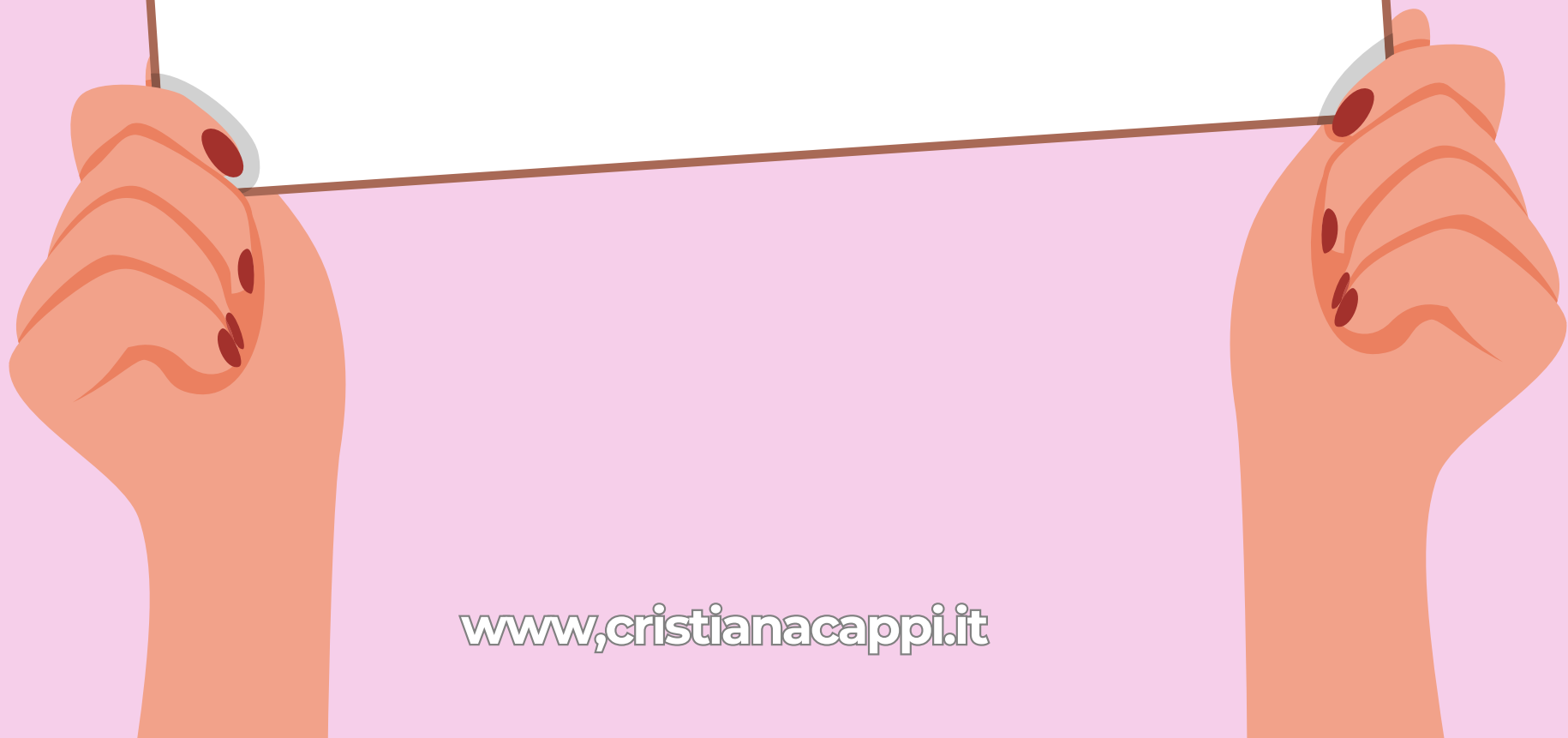
**TUTTI INSIEME: INSPIRO
CON LE BRACCIA CHE
SALGONO, ESPIRO CON LE
BRACCIA CHE SCENDONO
PRIMA LENTAMENTE POI
SEMPRE PIU' VELOCE**





La storia

ONDE, GIRAVOLTE LENTE,
SALTI LEGGERI...
IL VENTO GIOCAVA CON I RAMI E
CON I FIORI, MA MAI TROPPO
FORTE, SOLO PER DIVERTIRSI
UN PO'.



La danza nei piccoli



Esercizio n.2 warm up

IL FIORE CHE SBOCCIA

DESCRIZIONE:

**I BAMBINI SONO IN GINOCCHIO
OPPURE A GAMBE INCROCIATE,
IMMAGINANDOSI ESSERE
UN SEMINO NEL TERRENO**

**SI CHIUDONO E RESPIRANO
LENTAMENTE, “CRESCENDO” AD OGNI
RESPIRO: SOLLEVANO TESTA,
BRACCIA E SI ALZANO IN PIEDI
COME UN FIORE CHE SPUNTA**

**IN PUNTA DEI PIEDI
E IN EQUILIBRIO
CON LE BRACCIA APERTE**

**RIPETERE 2-3 VOLTE CON MUSICA
LEGGERA E RUMORE DI VENTO**

La danza nei piccoli



✦ E poi?

Cosa succede dopo?

**Scarica la mini guida e scrivi il tuo finale
oppure raccontalo ai tuoi piccoli allievi
e lasciati sorprendere dalla loro fantasia!**



La danza nei piccoli



**Chi c'è dietro
il progetto
“LA DANZA NEI PICCOLI”?**

Ciao, sono Cristiana Cappelletti

**Collaboro con insegnanti
come te a creare lezioni
pensate davvero
per i piccoli allievi**

**Per una danza che
lasci il segno fin dai primi passi**





La danza nei piccoli

**Vuoi progettare
meglio il tuo percorso?**

**Se insegni ai piccoli
e cerchi più struttura o ispirazione**

**Prenota la tua
consulenza
gratuita
di 20 minuti!**

**Parleremo dei tuoi obiettivi,
dubbi e idee da realizzare**

*(Modulo di contatto
su www.cristianacappi.it)*



La danza nei piccoli

TESTIMONIANZE



"Cristiana mi ha aiutata a trovare nuove idee, ma anche sicurezza. Le mie lezioni ora hanno una struttura chiara e i bambini partecipano molto di più!"

— Roberta, insegnante

**"Mi sentivo un po' bloccata poi il percorso "
"La danza nei piccoli "
mi ha fatto tornare la voglia di lavorare
con le classi di propoedeutica**

— Chiara , insegnante