

Indice

Prefazione di Carmen Palumbo	9
-------------------------------------	---

Introduzione	11
---------------------	----

Capitolo primo

Il corpo pensante al centro dello sviluppo della persona	15
---	----

1. Il monismo del ventesimo secolo	15
------------------------------------	----

2. Lo sviluppo psicomotorio	24
-----------------------------	----

2.1 <i>L'età dell'accrescimento. Il periodo prenatale</i>	26
---	----

2.2 <i>Il periodo post-natale</i>	33
-----------------------------------	----

2.3 <i>Il periodo neonatale</i>	33
---------------------------------	----

2.4 <i>Dall'infanzia alla pubertà</i>	37
---------------------------------------	----

3. Il Sistema Tónico Posturale	39
--------------------------------	----

3.1 <i>Allineamento posturale ed equilibrio psicofisico: una dimensione integrata</i>	43
---	----

Capitolo secondo

Le attività motorio-espressive	47
---------------------------------------	----

1. Definizione e campo d'indagine	47
-----------------------------------	----

2. Le prassie motorie ed espressive	52
-------------------------------------	----

3. La comunicazione	56
---------------------	----

4. Linguaggio verbale e non verbale	62
-------------------------------------	----

Capitolo terzo

Apprendere attraverso il movimento	73
---	----

1. Il linguaggio del corpo	73
----------------------------	----

2. La scoperta dei neuroni specchio	78
-------------------------------------	----

3. <i>Physical Literacy</i> o attività fisica?	81
4. Educazione Motoria come dimensione dell'espressione corporea	84

Capitolo quarto

Progettazione di interventi educativi 91

1. Educare attraverso la consapevolezza e la propriocezione	91
2. Le discipline psicosomatiche e l'approccio psicomotorio	95
3. Per un'educazione sensibile	101
4. Una lente di ingrandimento: Alexander Lowen, Ida Rolf, Moshe Feldenkrais, Françoise Mézières, Thérèse Bertherat	105
5. Progettare un laboratorio	108

Bibliografia 119

Introduzione

La ‘sapienza’ corporeo-cinestesica rappresenta una eccellente e irrinunciabile possibilità di entrare nella dimensione creativa, poiché è in grado di generare una dimensione di apertura di senso della corporeità caratterizzata da una reversibilità tra realtà interna ed esterna, tra percipiente e percepito, tra agire e patire. Sembrerebbe, difatti, che al solo rivolgere l’attenzione a una parte del corpo possa verificarsi un evento: una sorta di trasalimento, di risveglio, un cambiamento dello stato di coscienza che evoca e attinge dall’archivio somatico-sensibile. In un’epoca caratterizzata da rapidi cambiamenti sociali e tecnologici, il tema del corpo emerge non solo come oggetto di studio, ma anche come soggetto attivo nella costruzione di un’attitudine educativa che lo riconosce come un luogo di apprendimento e di crescita, nonché come un’autentica via per l’espressione di sé e per la costruzione di relazioni significative. L’espressività attraverso il corpo e la consapevolezza della corporeità offrono un’opportunità di connessione e integrazione delle sensazioni e delle emozioni, creando un terreno fertile per un’evoluzione relazionale e comunicativa che rafforza il senso di sé e fortifica la comprensione degli altri e del contesto. Il volume, attraverso un approccio volutamente multidisciplinare, si radica su una base teorica che, spaziando dalla psicologia allo studio del corpo, dall’antropologia alla pedagogia e fino ad abbracciare le neuroscienze, si propone di esplorare il vasto e affascinante mondo delle attività motorie. Di queste ultime il volume esplora la valenza non solo fisica, ma anche emotiva, sociale e culturale, partendo dall’assunto che il corpo

è un ‘corpo pensante’: un concetto che rimanda a una visione incarnata e situata dell’essere umano, dove il movimento è considerato un atto di comunicazione profonda e significativa. Il primo capitolo affronta il tema del ‘corpo pensante’ e della sua centralità nello sviluppo della persona, sottolineando come il monismo del Ventesimo secolo abbia riabilitato la corporeità, ponendo le basi per un’integrazione tra dimensione fisica e dimensione psichica. Attraverso un’analisi dettagliata dello sviluppo psicomotorio, vengono delineate le fasi cruciali della crescita, offrendo una comprensione di come il movimento influisca sull’apprendimento e sul benessere psicofisico. La seconda sezione, dedicata alle attività motorio-espressive, rappresenta il cuore pulsante del lavoro, in quanto delinea non solo le definizioni e le prassi, ma anche l’importanza di queste attività nel promuovere l’espressione emotiva e la creatività, ponendo l’accento sul valore delle pratiche corporee come strumenti di inclusione e di sviluppo dell’identità. Viene proposta una visione educativa che va oltre la mera acquisizione di abilità motorie, per abbracciare le dimensioni relazionali e affettive. Il terzo capitolo apre una riflessione sull’apprendimento attraverso il movimento, sottolineando come la cognizione motoria si intrecci con l’intelligenza emotiva, creando un terreno fertile per la crescita personale e interpersonale. Infine, l’ultima sezione si conclude con una riflessione sulla progettazione di interventi educativi, offrendo spunti operativi per la creazione di laboratori di attività motorio-espressive, sottolineando l’importanza di un approccio sensibile e attento alle dinamiche relazionali. L’obiettivo auspicato coincide con l’invito rivolto agli educatori a ricercare la costruzione di una personale postura metodologica ed epistemologica in grado di integrare le conoscenze teoriche con pratiche concrete che rispondano ai bisogni e alle peculiarità di tutti e di ciascuno.