



Emozioni

DENTRO E FUORI

Nel nostro corpo si mescolano azioni ed emozioni. Conoscere tutte le parti del corpo, nominarle e associarvi delle sensazioni ci permette di capire come siamo fatti e come il nostro fisico reagisce agli stimoli esterni. Di fronte a un grande spavento trema la voce, si forma un nodo in gola ed è come se il cuore si fermasse. Quando siamo felici i piedi sembrano staccarsi da terra e la pancia riempirsi di farfalle.

Stampa su un cartoncino A3 la sagoma di un uomo o di una donna (puoi scaricarla dal nostro sito o trovare un'immagine su internet) e individua una o più parti del corpo. Con il pennarello nero scrivi accanto a ciascuna una descrizione anatomica semplice che faccia riferimento anche alla sua funzione: hanno cinque dita, una pianta e un collo, servono per correre e per saltare, sono i piedi.

Ora appoggia sul cartoncino un foglio A3 di carta da lucido, colora le parti che hai già selezionato e accanto ad ognuna racconta un'emozione prendendo spunto anche dai modi di dire che usi o che hai sentito.

Potrai così creare un vero e proprio diario del tuo corpo in cui raccontare storie e stati d'animo.

MATERIALI

cartoncino bianco A3

carta da lucido A3

pennarello nero a punta fine

pastelli colorati o matite

stampante

puoi scaricare la sagoma su <http://www.palazzoesposizione.it/categorie/pubblicazioni>

MI VENGONO IN MENTE...

Marina Abramović - Vito Acconci - Katy Couprie - Mona Hatoum