



Danzare a scuola: dimensioni educative e formative in età evolutiva*

Dancing at school: educational and formative dimensions in childhood

Manuela Valentini

Università degli Studi di Urbino Carlo Bo – manuela.valentini@uniurb.it

Giulia Sanchi

Università degli Studi di Urbino Carlo Bo – giulia.sanchi@libero.it

ABSTRACT

Practicing dance at school could become a key element to help preserving both the physical and the mental health of the students, as it simultaneously intervenes on a physical, emotional, social and cognitive level. The knowledge and the practice of this art represent a chance to grow for children, since it would allow them to become familiar with their own bodies, to use motion as means of communication, to rediscover their creative potential and to be able to recognize both their strengths and weakness. Thereby, learning to dance should not be merely compared to the correct execution of a step sequence or the comprehension of particular dancing techniques, but it should be recognized as precious learning instrument for the personal development of children. This article proposes a systematic review to help identify the potentiality, or otherwise the limits, associated with the introduction of a curriculum-integrated dance programme in kindergarten and primary school.

La danza, inserita nel contesto scolastico, può diventare un elemento fondamentale per il corpo e per la mente dell'alunno agendo in ambito fisico, emotivo, sociale e cognitivo. La conoscenza e la pratica di questa arte in movimento rappresentano un'importante occasione di crescita in quanto i bambini imparano a conoscere il proprio corpo, ad usare il movimento come mezzo di comunicazione con gli altri, a entrare in contatto con il proprio potenziale creativo e a riconoscere i personali punti di forza e di debolezza. In questo senso imparare a danzare non viene intesa come una questione esecutiva di passi corretti, di apprendimento di abilità fisiche e tecniche ma come un prezioso strumento di formazione totale della persona-bambino. In questo articolo si propone una revisione sistematica finalizzata all'identificazione dei limiti e delle potenzialità dell'inclusione della danza nella realtà curricolare della Scuola dell'Infanzia e della Scuola Primaria.

* Il presente contributo è da considerarsi equamente distribuito: Manuela Valentini: prima parte; Giulia Sanchi: seconda parte.

KEYWORDS

Educational Dance, Body Language, Creative Movement, Gymnastics and Dance, Curriculum-Integrated Dance Programme.

Danza Educativa, Linguaggio Corporeo, Movimento Creativo, Educazione Fisica & Danza, Curriculum-Integrated Dance Program.

Introduzione

Il corpo è lo strumento primario per entrare in contatto con il mondo, raccoglie le esperienze personali, i pensieri, le emozioni e la storia di ciascuno. Ogni individuo esprime con il corpo la rappresentazione di sé stesso in relazione al contesto in cui si colloca e utilizza la propria corporeità come registro espressivo e comunicativo, privilegiando il livello analogico e l'uso dello spazio per creare nuove connessioni tra sé e il mondo. Già dalla nascita "il bambino scopre il mondo attraverso i sensi ed è il movimento [...] che gli permette di svilupparsi in ogni suo tappa, arricchendo le aree cognitive, affettive e sociali" (Franco & Cobos, 2019, p. 213). Durante i primi anni, il linguaggio verbale, e maggiormente quello non verbale, consente al fanciullo di esprimersi, di dare libero sfogo ai pensieri, alle idee e di comunicare innumerevoli informazioni relative alla propria persona. Pertanto la corporeità assume particolare rilievo in quanto nasce dalla necessità di oltrepassare quella posizione egocentrica che caratterizza la prima infanzia e spinge a creare un'apertura verso il mondo degli altri stabilendo legami con l'ambiente e con le persone.

L'importanza attribuita alla dimensione fisico-corporea del soggetto in crescita è stata analizzata empiricamente negli anni sotto diversi punti di vista attraverso studi che ne hanno evidenziato il potenziale e hanno avvalorato come risulti impossibile non considerare la dimensione fisica dei bambini: il movimento, impulso naturale a qualsiasi età, va strutturato e accompagnato realizzando interventi mirati a far scoprire a ciascuno la propria identità corporea. A tal proposito l'attività fisica in palestra non può essere concepita esclusivamente come occasione per scaricare le tensioni accumulate durante la mattinata, ma deve prevedere l'uso del corpo come strumento di ricerca, di conoscenza di sé e della realtà in quanto incentiva non solo lo sviluppo dell'apparato muscolo-scheletrico e delle strategie di movimento utili ad affrontare i problemi motori ma influenza anche il rendimento scolastico (Harrington & Engels, 2009, p. 21), la flessibilità cognitiva e la capacità di apprendere nuove nozioni. Come argomentato da Presti (2016, pp. 56-57), "ogni individuo acquisisce informazioni dall'esterno e le include in un proprio modello di realtà attraverso l'attività motoria, intesa come attività di esplorazione che costituisce l'elemento primario della capacità di apprendere. La nostra esperienza si costruisce e si organizza, dunque, attraverso una forma di esistenza che è esclusivamente veicolata da un *corpo in movimento* all'interno di un ambiente". Ne consegue che, durante tutta la prima infanzia, l'identità corporea è l'identità peculiare del bambino e il movimento è lo strumento che la natura gli ha messo a disposizione per compiere il suo processo di crescita. Dunque i piccoli necessitano di essere coinvolti nello sviluppo e nell'affinamento delle competenze fondamentali per il movimento, necessarie per l'apprendimento di quelle future. L'esposizione ad attività di movimento funzionali al target d'utenza, proposte in un ambiente educativo adeguato, può aiutare ad acquisire conoscenze, abilità e

attitudini necessarie per la futura partecipazione ad attività di gioco-sport e può permettere di sperimentare e gestire il movimento in modo autonomo scoprendo i propri limiti, i propri punti di forza e il proprio modo personale di muoversi. A tal proposito la danza, intesa come esperienza che accresce contemporaneamente la consapevolezza del corpo e l'identità personale, la conoscenza intellettuale e la libera espressione del bambino, "non è solo un tipo di attività fisica che offre piacere, ma contribuisce anche al miglioramento della qualità della vita in molti ambiti" (Lykesas et al., 2018, p. 101) fornendo un linguaggio che permette di esprimersi in modi versatili e contribuendo ad una crescita armonica e completa.

1. Potenzialità e influenze della danza educativa

Nella cornice pedagogica che si focalizza sull'introduzione al movimento in età prescolare e scolare, la corrente definita danza educativa istituisce il termine danza creativa nel campo dell'istruzione, con riferimento ai programmi che danno l'opportunità ai bambini di usufruire di esperienze motorie che puntano, oltre alla libera espressione e all'incremento del potenziale creativo, anche al consolidamento di tutti gli aspetti della personalità e delle potenzialità intellettive¹. La danza creativa basa il suo principio su quello che viene definito, per l'appunto, movimento creativo, una forma neutrale di movimento ideato dal bambino stesso, "che combina la padronanza del movimento con l'abilità artistica di espressione" (Gilbert, 2015, p. 4).

Nella maggior parte degli approfondimenti, la danza è stata studiata esclusivamente da un punto di vista tecnico, storico e coreografico e continua a ricoprire un ruolo secondario nel sistema educativo di molti Paesi. Gran parte delle scuole di danza di tutto il mondo pone attenzione esclusivamente alla danza professionale con l'obiettivo di far crescere ballerini professionisti ma la scuola potrebbe avere un ruolo importante nel portare avanti progetti mirati di danza educativa dimostrando di aver compreso così che "educare gli studenti [...] alla raffinata arte della danza può essere importante per il progresso della loro consapevolezza artistica, cognitiva, sociale, estetica e cinestetica" (McCutchen, 2006, p. 27). Compito dell'educazione è quello di stimolare lo sviluppo delle capacità personali e formare lo studente dandogli l'opportunità di crescere attraverso l'esperienza di un movimento consapevole e funzionale. A tal proposito, lo scopo della danza educativa è accompagnare gradualmente il fanciullo a conoscersi: in principio attraverso la scoperta della propria struttura corporea (averne percezione, conoscenza e poi coscienza) dedicando attenzione a concetti come lo spazio, il peso, il contatto, il campo visivo e l'energia, poi con un adeguato potenziamento che lo aiuti a consolidare le posizioni acquisite e gli consenta di eseguire i movimenti più complessi. Inoltre, dedicando ampio spazio alla creatività personale e corporea e ad un approccio esplorativo del movimento che stimola l'interesse e il coinvolgimento, mira all'acquisizione consapevole del movimento, all'ampliamento

1 H. Gardner critica il concetto unidimensionale di intelligenza e presenta la nozione di intelligenze multiple elaborando, alla fine degli anni 80, una teoria secondo cui ogni essere umano è dotato di nove tipi di intelligenza: logico-matematica, linguistica, spaziale, musicale, cinestetica o procedurale, interpersonale, intrapersonale, naturalista, esistenziale. Un modello di apprendimento così ricco e complesso come è la danza creativa riesce ad includere trasversalmente diverse di queste intelligenze ed è in grado di stimolarle adeguatamente per crescere un individuo in "equilibrio" tra sé e il mondo.

del linguaggio analogico e allo sviluppo di autonomie del pensiero divergente. Danzare creativamente fa propri “i principi educativi dell’educazione psicomotoria e dell’educazione fisica di base, ponendo particolare enfasi su aspetti propri e specifici della danza” (Moreno, 2017, p. 94), attraverso cui si realizza un approfondito lavoro di ricerca conoscitiva e di sperimentazione sul/del corpo.

Molti gli obiettivi didattici, educativi, formativi che si raggiungono proponendo la danza a scuola in linea con il benessere psicofisico, per una qualità di vita in salute dell’alunno in una concezione olistica, d’insieme.

È stato dimostrato (Piek et al., 2013; Lykesas et al., 2014) che un programma di danza creativa inserito in contesto scolastico comporta uno sviluppo delle abilità motorie di base e delle strategie di movimento efficaci a organizzare il corpo per dar forma ad un insieme ben bilanciato. Attraverso modelli di movimento diversificati che incentivano movimenti locomotori e non locomotori, viene fornito all’alunno un eccellente esercizio per raggiungere una forma fisica globale che integra i movimenti in un insieme armonico. La proposta di attività che prevedono il movimento creativo, libero o guidato, risultano utili in quanto fanno sì che il soggetto si costruisca un bagaglio motorio di conoscenze e competenze utili alla risoluzione di problemi di coordinazione dinamica generale. Pensiamo, ad esempio, a come l’abilità di cadere in sicurezza, di valutare un rischio di movimento o di superare un ostacolo in maniera repentina vada a definire una disposizione mentale nell’attuare risposte funzionali agli imprevisti quotidiani e, di conseguenza, un’attenta presa di coscienza della propria autonomia personale: un’autocura che, grazie anche all’aiuto dei genitori e degli insegnanti, porta l’alunno a prendersi cura di sé e di ciò che gli sta attorno.

Inoltre viene sottolineato come l’acquisizione di confidenza rispetto al proprio corpo, all’espressività che ne deriva e la costruzione di movimenti in un clima di spontaneità che non rinuncia alle regole, principali componenti della danza educativa, permette al bambino non solo di indagare sulla propria corporeità ma anche di “esprimere e comunicare un’idea, un concetto o un sentimento” (Cleland Donnelly & Millar, 2019, p. 20). Attraverso la danza egli acquisisce una maggiore comprensione del linguaggio corporeo e dei gesti propri e altrui e ciò instaura, come dimostrato dallo studio di Nikitina (2003), una solida connessione del gruppo e una buona capacità di risoluzione dei problemi sociali, utile in particolar modo nel contesto scolastico in cui il lavoro collaborativo e una buona interazione sociale sono alla base del buon vivere.

Infine il corpo si è dimostrato il dispositivo principale attraverso il quale si sviluppa l’apprendimento e “insegnare una danza che si allinea con il contenuto della classe aiuta gli studenti a fare collegamenti tra le varie aree tematiche” (Hall et al., 2011, p. 190): un punto di forza della sperimentazione attraverso la danza nella scuola è la sua capacità di riuscire a creare un’esperienza di *apprendimento integrato* (Moore & Linder, 2012; Sharma et al., 2020) connettendo informazioni tattili, uditive e visive che permettono di sviluppare diverse prospettive di un singolo concetto e una comprensione più profonda della loro visione teorica. Numerosi studi (Graham 2002; Bergstein Dow, 2010; Marc Richard 2013; Leandro et al., 2018) dimostrano l’imprescindibile legame tra esperienza motoria e pensiero cognitivo: la proposta di stimoli motori e creativi adeguati al target d’utenza fornisce esperienze di apprendimento stratificate, migliora la flessibilità cognitiva, la capacità di apprendere nuove nozioni e l’abilità di pensiero critico e creativo in quanto viene colmato il bagaglio di comportamenti utili per imparare a negoziare con il mondo. A tal proposito la danza può giocare un ruolo cruciale nello sviluppo dell’alfabetizzazione nella scuola poiché, come sostenuto da Ratey (2008,

p. 53), incorporarla al curricolo scolastico, comporta miglioramenti nell'apprendimento su tre livelli: ottimizza la concentrazione, l'attenzione e la motivazione, approfondisce le connessioni neurali favorendo la catalogazione di nuove informazioni e incentiva la produzione di nuove cellule nervose.

Dunque, la danza è un'attività fisica che giova sia alla salute fisica sia a quella mentale in quanto offre un allenamento aerobico equilibrato che, mentre rafforza l'apparato muscolare e dà al cuore un buon allenamento, favorisce l'autostima (Lykesas et al., 2018, p. 97) e la motivazione, stimola "concentrazione, attenzione, autodisciplina" (Stinson, 2010, p. 142), migliora l'autoimmagine, l'umore e incrementa la fiducia per progredire ad esprimersi attraverso il movimento. Imparare a danzare e a organizzare il proprio movimento in modo armonico sono conoscenze che non possono essere intese esclusivamente come attività extracurricolari da svolgere al di fuori del contesto scolastico, al contrario vanno viste come un prezioso strumento di formazione della persona nella sua unicità e globalità. La danza influenza positivamente la costruzione di una personalità armonica che sa cogliere i messaggi degli altri ed esprimere liberamente i propri: "incorporare il movimento creativo e la danza nel curriculum elementare sarebbe un enorme balzo in avanti per l'apprendimento, e un passo nella giusta direzione per l'educazione dei (...) bambini" (Becker, 2013, p. 8).

2. Analisi critica di alcuni studi

La ricerca è stata condotta consultando vari database quali SportDiscuss, Eric, ScienceDirect, PubMed, Research Gate e numerose pubblicazioni scientificamente valide ed affidabili per risultati divulgati. Titoli, abstract e conclusioni dei protocolli identificati dalla ricerca bibliografica sono stati esaminati in base ai criteri di inclusione ed esclusione.

Sono stati inclusi studi che:

- coinvolgono bambini dai 3 ai 12 anni;
- sono stati pubblicati tra il 2014 e il 2021;
- integrano la danza nel curricolo scolastico;
- studiano gli effetti della danza sullo sviluppo cognitivo, motorio e sociale;
- riportano i benefici e le difficoltà dell'insegnamento del movimento creativo a scuola.

Sono stati invece esclusi tutti i lavori che definiscono la danza come sport, che trattano di riabilitazione, danzaterapia o disabilità e che focalizzano gli insegnanti come soggetto della sperimentazione.

Facciamo riferimento a queste 8 fonti perché riteniamo analizzino aspetti significativi sia dal punto di vista dello sviluppo motorio in età evolutiva sia dal punto di vista formativo-educativo, comprendendo ampia ed attenta visione dell'argomento.

2.1 *Protocollo 1. Creative Dance as a Means of Growth and Development of Fundamental Motor Skills for Children in First Grades of Primary Schools in Greece*

- Autori: Lykesas G., Tsapakidou A., Tsompanaki E.
- Luogo e Anno di Pubblicazione: Grecia, 2014
- Fonte: *Asian Journal of Humanities and Social Studies*

Lo scopo di questo protocollo è quello di esaminare l'efficacia e l'influenza di un programma di intervento incentrato sulla danza creativa, sullo sviluppo e sul miglioramento delle abilità motorie dei bambini della Scuola Primaria.

L'aspetto cinetico di entrambi i gruppi di studenti è stato valutato prima e dopo l'intervento attraverso il test di sviluppo motorio lordo TGMD-2 di Ulrich (2000) utilizzando nello specifico il sub-test dell'abilità di spostamento: in base all'età del bambino e ai risultati dei test è stato determinato il livello di sviluppo motorio categorizzato in 7 aree ("molto scarso", "scarso", "sotto la media", "media", "sopra la media", "superiore", "molto superiore"). Confrontando i campioni della misurazione finale dei due gruppi nel test è evidente l'evoluzione minima del gruppo di controllo e la superiorità cinetica del gruppo sperimentale. È stato possibile, infatti, osservare che una percentuale rilevante della classe, inizialmente "molto scarsa" in mobilità, è diminuita significativamente passando dal 91% al 17%, mentre la percentuale della categoria classificata come "scarsa" è aumentata significativamente passando dal 9% al 65,5%; in aggiunta, in seguito all'intervento, cominciano ad apparire categorie superiori, come l'area "sotto la media" (8,5%) e quella "media" (9%) alle quali inizialmente nessun bambino apparteneva.

2.2 Protocollo 2. The Positive Effects of a Combined Program of Creative Dance and BrainDance on Health-Related Quality of Life as Perceived by Primary School

- Autori: Theocharidou O., Lykesas G., Giossos I., Chatzopoulos D., Koutsouba M.
- Luogo e Anno di Pubblicazione: Grecia, 2018
- Fonte: *Physical Culture and Sport*

Il presente studio indaga l'impatto che un programma combinato di danza creativa e BrainDance² ha sulla percezione della qualità della vita legata alla salute (HRQoL) degli studenti della Scuola Primaria quando questo programma viene implementato nel contesto del curriculum di educazione fisica.

Lo strumento di misurazione utilizzato per stimare le percezioni dei partecipanti sulla loro HRQoL è il questionario Kidscreen-52 (Ravens-Sieberer et al., 2006) i cui punteggi sono stati calcolati con l'uso delle scale di valutazione Rasch. I dati raccolti dall'indagine hanno incluso sette aree quali "Attività fisiche e salute", "Emozioni", "Stato d'animo generale", "Percezione di sé", "Amici", "Apprendimento scolastico", "Sé e gli altri" in quanto beneficiarie degli eventuali effetti apportati dalla danza creativa.

Dai risultati emerge che l'intervento educativo ha comportato un miglioramento delle percezioni di HRQoL degli studenti solo per le dimensioni «Stato d'animo generale» e «Apprendimento scolastico». D'altra parte, il dominio «Atti-

2 La BrainDance comprende una serie di modelli di movimento per lo sviluppo che permette agli studenti di comprendere "come allineare il corpo, riorganizzare il sistema nervoso centrale, sviluppare l'attenzione e la concentrazione, migliorare le abilità sociali e rilasciare lo stress" (Gilbert, 2015) attivando il corpo dal suo centro alle estremità. Essa costituisce parte della teoria di Rudolf Laban sull'analisi del movimento umano e deve la sua esistenza al collaboratore di Laban, Irmgard Bartenieff (1890-1981), il quale, basandosi sulla suddetta teoria, creò una serie di otto schemi di movimento conosciuti come «Bartenieff Fundamentals». Nel 2015, influenzato dalle quattro categorie di movimento di Laban, Gilbert formò il suo proprio vocabolario di movimento e propose un programma chiamato BrainDance che integra i quattro elementi fondamentali identificati da Laban (Corpo, Spazio, Tempo, Forza/Dinamica) e i diversi concetti di danza.

vità fisiche», relativo alla salute fisica, alla forma fisica, al movimento a casa, a scuola, nei giochi e nello sport, non è migliorato: il suo valore medio è risultato alto fin dalla prima misurazione poiché probabilmente il curriculum di educazione fisica seguito dalla classe era già orientato al miglioramento di questa dimensione. Nonostante le criticità emerse si deduce che un programma combinato di Danza Creativa e BrainDance potrebbe essere integrato con successo nel contesto dell'educazione fisica in ambito scolastico in quanto migliora le percezioni della qualità della vita legata alla salute in alcune aree esaminate e aiuta gli alunni a cooperare e comunicare con i compagni, offrendo una ricca esperienza sociale e risultati positivi per quanto riguarda il controllo del corpo, l'equilibrio e la coordinazione, così come la consapevolezza cinestetica e la ritmica musicale.

2.3 Protocollo 3. Interdisciplinary working practices: can creative dance improve math?

- Autori: Leandro C. R., Monteiro E., Melo F.
- Luogo e Anno di Pubblicazione: Portogallo, 2018
- Fonte: *Research in Dance Education*

Questo studio ha focalizzato la ricerca sugli effetti dell'impatto della danza creativa sull'apprendimento, sul consolidamento e sul mantenimento dei concetti matematici in un contesto educativo. Le lezioni sono state pensate seguendo una metodologia interdisciplinare che analizzasse le somiglianze tra gli esercizi motori, i concetti matematici e le loro potenziali connessioni. Entrambi i gruppi sono stati valutati attraverso test, realizzati sulla base dei contenuti di matematica, proposti in tre momenti diversi: prima dell'intervento, subito dopo l'intervento per determinare il consolidamento e un mese dopo per la memorizzazione dell'informazione nel tempo.

Alla luce dei risultati emersi è stata sottolineata la relazione positiva che intercorre tra la danza creativa, metodologia più favorevole rispetto al sistema tradizionale, e l'apprendimento della matematica. Sono state infatti supportate le ipotesi iniziali in quanto gli studenti del gruppo sperimentale che hanno consolidato i contenuti curricolari nelle lezioni di danza creativa, hanno presentato differenze qualitative di apprendimento in matematica confermando l'impatto positivo di una metodologia interdisciplinare che incentiva le capacità del bambino ad assimilare concetti astratti da situazioni concrete attraverso il movimento e il corpo, permettendo così il raggiungimento di risultati migliori durante il processo di apprendimento.

2.4 Protocollo 4. Effects of creative dance on proprioception, rhythm and balance of preschool children

- Autori: Chatzopoulos D., Doganis G., Kollias I.
- Luogo e Anno di Pubblicazione: Grecia, 2018
- Fonte: *Early Child Development and Care*

Il protocollo prende in esame uno studio dal disegno sperimentale che si pone l'obiettivo di indagare gli effetti della danza creativa sulla propriocezione, sul ritmo e sull'equilibrio in età prescolare. Per tutto il periodo dell'intervento, il

gruppo sperimentale ha partecipato ad un programma di danza creativa focalizzato su concetti quali parti del corpo, spazio, ritmo e velocità, forza, equilibrio e forme coreografiche, mentre il gruppo di controllo ha partecipato a un ambiente di gioco libero non strutturato, che poneva enfasi sulle abilità di movimento fondamentali.

Eventuali differenze durante il periodo di studio tra i due gruppi sono state esaminate con l'analisi della varianza (ANOVA) a una via per misure ripetute e prima e dopo l'intervento sono stati somministrati tre test per misurare la propriocezione, il ritmo e l'equilibrio statico. Per quanto riguarda i risultati sulla propriocezione e sul ritmo, all'inizio dell'intervento non c'erano differenze significative tra i due gruppi ma al termine dell'operazione il gruppo sperimentale era significativamente migliore rispetto a quello di controllo. In riferimento all'equilibrio, invece, i risultati non hanno mostrato differenze importanti tra i due gruppi.

2.5 Protocollo 5. The Effect of Creative Movement-Dance on the Development of Basic Motor Skills of Pre-School Children

- Autori: Tsompanaki E.
- Luogo e Anno di Pubblicazione: Grecia, aprile 2019
- Fonte: *Review of European Studies*

Il protocollo in esame valuta l'efficacia e l'influenza di un programma di movimento creativo sullo sviluppo delle capacità motorie di base. Le attività e i giochi del programma avevano come obiettivo principale la conoscenza del corpo in relazione allo spazio, la percezione del ritmo, l'equilibrio, la coordinazione, la prontezza, il lavoro di squadra e la cooperazione.

All'inizio e alla fine dell'intervento entrambi i gruppi sono stati valutati utilizzando il TGMD-2 di Ulrich (2002) a somministrazione individuale, strumento di misurazione utilizzato per la valutazione della funzionalità grosso-motoria. La ricerca evidenzia risultati incoraggianti per quanto concerne l'efficacia di un programma di intervento di danza creativa sulle abilità motorie di bambini che frequentano la Scuola dell'Infanzia. Secondo i risultati statistici nel gruppo sperimentale, dove il programma è stato implementato, c'è stato un miglioramento significativo nelle abilità motorie di base e i bambini hanno migliorato le loro esecuzioni nella corsa, nel salto orizzontale, nella falcata, nel galoppo, nel salto e nel balzo, dimostrando prestazioni «Superiori alla media». Il gruppo di controllo, invece, a cui non sono stati proposti interventi alternativi, non ha mostrato gli stessi risultati positivi e gli alunni hanno avuto scarsi miglioramenti nella seconda valutazione mantenendo le loro prestazioni «Sotto la media».

2.6. Protocollo 6. Effects of a Curriculum-Integrated Dance Program on Children's Physical Activity

- Autori: Sharma G., Stewart T., Duncan S.
- Luogo e Anno di Pubblicazione: Nuova Zelanda, 2020
- Fonte: *Journal of Physical Activity and Health*

In questo studio si prende in esame l'impatto di un programma di danza integrato nel curriculum sull'attività fisica dei bambini di alcune Scuole Primarie della Nuova

Zelanda. Il programma di danza creativa proposto, progettato per essere semplice e integrabile nella pratica didattica degli insegnanti che avevano poca o nessuna esperienza nell'insegnamento della danza, prevedeva attività di movimento creativo in cui venivano inclusi il lavoro di squadra e la collaborazione, in linea con i valori fondamentali delineati nel curriculum.

I dati attraverso cui veniva valutato il grado di attività fisica (leggera, moderata e vigorosa) sono stati raccolti due volte (una settimana prima dell'intervento, baseline time point, e alla conclusione dell'intervento di 6 settimane, follow-up time point) utilizzando l'ActiGraph GT3X, combinato con il software di analisi Actilife, che consente di monitorare 24 ore su 24 tutta l'attività dell'individuo. I risultati indicano che non ci sono stati effetti significativi dell'intervento sui livelli di attività fisica tra il gruppo sperimentale e il gruppo di controllo dopo l'intervento. La danza incorporata nel curriculum non ha aumentato i livelli complessivi di educazione fisica.

2.7 Protocollo 7. Using Dance & Movement to Enhance Spatial Awareness Learning

- Autori: Temple B. A., Bentley K., Pugalee D. K., Blundell N., Pereyra C. M.
- Luogo e Anno di Pubblicazione: Carolina del Nord, 2020
- Fonte: *Athens Journal of Education*

Lo scopo di tale ricerca qualitativa è quello di comprendere cosa succede alle abilità spaziali degli studenti pre-K quando sperimentano l'alfabetizzazione matematica attraverso la danza o il movimento e di capire come migliora l'apprendimento quando le arti dello spettacolo vengono utilizzate per insegnare la matematica. Per ogni classe partecipante l'insegnante e il Teaching Artists professionista associato, hanno identificato specifici obiettivi di apprendimento della matematica e strategie artistiche sulla base delle esigenze specifiche degli studenti includendo attività di danza, ripetizioni di movimenti e composizioni attraverso le forme create dal corpo.

Per quanto concerne la raccolta dei dati, gli autori hanno intervistato le due insegnanti direttamente coinvolte con le proprie classi nel progetto e le due assistenti corrispondenti riscontrando una risposta positiva ed entusiasta: gli studenti, partecipando a tale progetto artistico, hanno compreso la relazione del loro corpo con lo spazio e con gli oggetti e acquisito competenze geometriche fondamentali, con un conseguente aumento della partecipazione e della formazione di collegamenti matematici anche nella vita reale. Questo studio di caso qualitativo supporta la ricerca esistente e correlata: la danza e il movimento sono stati la chiave per lo sviluppo delle abilità spaziali nei bambini e hanno favorito l'impegno attivo, la concentrazione e una maggiore consapevolezza e fiducia in sé stessi.

2.8 Protocollo 8. Effect of a six-week dance-based physical education intervention on primary school children's creativity: A pilot study

- Autori: Neville R. D., Makopoulou K.
- Luogo e Anno di Pubblicazione: Inghilterra, 2021
- Fonte: *European Physical Education Review*

L'ultimo studio analizzato si è posto l'obiettivo di indagare l'effetto di un intervento di danza sulla creatività dei bambini in una Scuola Primaria statale dell'In-

ghilterra. Le sessioni di danza erano finalizzate all'incremento e allo sviluppo della consapevolezza spaziale, di un vocabolario del movimento, della composizione coreografica e dell'improvvisazione. Eventuali differenze durante il periodo delle sei settimane tra il gruppo di controllo e quello sperimentale sono state esaminate con l'Alternative Uses task di Guilford (1967) nella versione adattata e la valutazione finale è stata ottenuta confrontando i dati raccolti una settimana prima dell'inizio dell'intervento e quelli raccolti una settimana dopo la lezione finale per accertare gli eventuali cambiamenti avvenuti in seguito alla partecipazione.

I risultati dimostrano che l'effetto complessivo dell'intervento non è stato statisticamente significativo ma l'analisi a posteriori ha rivelato una grande differenza nell'effetto dell'intervento tra i bambini con una creatività di base superiore o inferiore alla media: gli alunni con livelli di creatività superiori alla media in partenza hanno mostrato un moderato aumento della creatività durante il periodo di studio mentre i bambini con creatività inferiore alla media al punto di partenza non hanno mostrato un miglioramento della creatività statisticamente significativo. In altre parole, gli alunni che prima dell'intervento partivano con una creatività superiore alla media hanno beneficiato di più.

Questo studio pilota dimostra che un intervento mirato di educazione fisica basato sulla danza mostra qualche premessa per migliorare la creatività nei bambini, tuttavia, prima di proporre un programma alternativo, particolare attenzione dovrebbe essere data ai prerequisiti degli studenti.

3. Confronto tra protocolli

In seguito all'analisi degli studi sperimentali analizzati, i risultati hanno confermato come l'utilizzo di programmi interattivi di movimento creativo comportano miglioramenti significativi sotto diversi aspetti. Anche quando sono stati riscontrati effetti non statisticamente significativi, come nel caso del miglioramento dell'equilibrio statico (Chatzopoulos et al., 2018) e del potenziamento della creatività (Neville & Makopoulou 2021), si precisa che comunque si sono riscontrati benefici in altri aspetti della persona. Nella seguente tabella (Tab. 1) sono stati riportati sinteticamente in ordine cronologico gli studi analizzati.

TITOLO, AUTORE, ANNO, PAESE	SCOPO	CAMPIONE, ETÀ	RISULTATI	MOTORE DI RICERCA
Creative Dance as a Means of Growth and Development of Fundamental Motor Skills for Children in First Grades of Primary Schools in Greece Lykesas et al. 2014 Grecia	Esaminare l'efficacia di un programma di intervento per lo sviluppo dell'educazione al movimento, avendo come asse centrale la danza creativa	n. 80 7-9 anni	Ruolo cruciale della danza creativa nel miglioramento delle abilità motorie fondamentali	Research Gate
The Positive Effects of a Combined Program of Creative Dance and Brain-Dance on Health-Related Quality of Life as Perceived by Primary School Theocharidou et al. 2018 Grecia	Indagare l'impatto che un programma combinato di Danza Creativa e Brain-Dance ha sulla percezione della qualità della vita legata alla salute (HRQoL) degli studenti	n. 32 10-12 anni	Miglioramento delle percezioni di HRQoL degli studenti solo per le dimensioni «Stato d'animo generale» e «Apprendimento scolastico»	Research Gate

Interdisciplinary working practices: can creative dance improve math? Leandro et al. 2018 Portogallo	Analizzare l'impatto della danza creativa nell'apprendimento dei concetti matematici	n. 117 7-8 anni	Il gruppo sperimentale che ha consolidato i contenuti matematici nelle lezioni di danza creativa ha presentato differenze significative nei guadagni di apprendimento in matematica	ERIC
Effects of creative dance on proprioception, rhythm and balance of preschool children Chatzopoulos et al. 2018 Grecia	Indagare gli effetti della danza creativa sulla propriocezione, il ritmo e l'equilibrio statico	n. 62 3-6 anni	Effetto positivo sulla propriocezione e sulla sincronizzazione dei bambini agli stimoli ritmici esterni ma non sull'equilibrio statico	ERIC
The Effect of Creative Movement-Dance on the Development of Basic Motor Skills of Pre-School Children Tsompanaki 2019 Grecia	Valutare l'efficacia di un programma di movimento creativo-danza sullo sviluppo delle capacità motorie di base	n. 40 3-5 anni	Miglioramento significativo nelle abilità motorie di base del gruppo sperimentale	Research Gate
Effects of a Curriculum-Integrated Dance Program on Children's Physical Activity Sharma et al. 2020 Nuova Zelanda (Oceania)	Determinare l'impatto di un programma di danza integrato nel curriculum sull'attività fisica dei bambini	n. 134 7-9 anni	Non ci sono stati effetti significativi dell'intervento sui livelli di attività fisica tra il gruppo sperimentale e il gruppo di controllo	PubMed
Using Dance & Movement to Enhance Spatial Awareness Learning Temple et al. 2020 Carolina del Nord (USA)	Comprendere come l'alfabetizzazione matematica attraverso la danza e il movimento influenzi la consapevolezza spaziale	n. 36 4-5 anni	La danza e il movimento sono stati la chiave per lo sviluppo della competenza spaziale	ERIC
Effect of a six-week dance-based physical education intervention on primary school children's creativity: A pilot study Neville & Makopoulou 2021 Inghilterra	Indagare l'effetto di un intervento di danza sulla creatività	n. 40 7-8 anni	Effetto dell'intervento non statisticamente significativo: i bambini con livelli di creatività superiori alla media al punto di partenza hanno mostrato un moderato aumento della creatività mentre i bambini con creatività inferiore alla media al punto di partenza non hanno mostrato un miglioramento della creatività significativo	SportDiscuss

Tab. 1: prospetto, in sintesi, delle ricerche analizzate

Fonte: elaborazione propria

I protocolli esaminati si concentrano prettamente su tre aree, connesse reciprocamente tra loro: l'area motoria, l'area cognitiva e quella sociale. Partendo dal presupposto che l'età evolutiva è la fase di apprendimento più sensibile per lo sviluppo di abilità e competenze, la fascia d'età scolare risulta essere un periodo delicato della vita del bambino per l'acquisizione di comportamenti fisicamente attivi e il consolidamento di un repertorio di abilità utili per un adattamento futuro. A tal proposito buona parte degli studi inclusi nell'analisi critica ha evidenziato che un programma educativo che include attività creative di danza può

incentivare positivamente le competenze motorie di base (Lykesas et al., 2014; Tsompanaki, 2019), la consapevolezza spaziale (Temple et al., 2020), il ritmo e i livelli di propriocezione (Chatzopoulos et al., 2018); può favorire l'apprendimento della matematica (Leandro et al., 2018) e, parzialmente, l'aspetto creativo del bambino (Neville & Makopoulou, 2021); può infine influire sulla sfera sociale (Theocharidou et al., 2018; Temple et al., 2020) stimolando la cooperazione e l'inclusione di tutti. Tali positività scaturiscono dal fatto che le attività di movimento sono sempre molto motivanti e gratificanti per gli alunni perché quando c'è di mezzo il corpo che gioca, esplora, corre, si muove, incontra, si scontra, non si tirano mai indietro. La mediazione della corporeità dà loro la possibilità di scoprire, collaborare e creare, integrandosi, valorizzandosi, animandosi e beneficiando della positività di vivere la scuola.

Questi studi risultano essere significativi perché aggiungono ulteriori dati a un campo di indagine emergente. Considerando il ruolo secondario che la danza continua ad avere nel sistema educativo di molti Paesi e il numero ridotto di ricerche con disegno sperimentale, questa revisione potrebbe offrire un contributo per sviluppare nuove prospettive in termini di educazione coreutica.

Conclusioni

La danza nell'educazione si è dimostrata un approccio funzionale in quanto gioca un ruolo indiscutibile nella crescita integrale del bambino permettendo alle diverse personalità di crescere. Il corpo è l'espressione dell'individuo nel mondo, la forma visibile delle sue intenzioni e l'espressività motoria il modo attraverso cui "il bambino può manifestare il piacere di essere sé stesso, di diventare autonomo e di esprimere il piacere di scoprire e conoscere il mondo che lo circonda" (Aucouturier 2016, p. 126). Riteniamo che la sfida dell'educazione oggi sia proprio quella di delineare percorsi che non agiscano solo in termini di trasmissione di saperi fini a sé stessi ma che incorporino esperienze utili a comprendere, valutare e adattare le proprie capacità alle necessità individuali ma anche collettive e che abbia come *focus* l'attenzione ai bisogni, alle esigenze, ai desideri e alle attitudini dei soggetti. Risulta necessario incentivare la scuola a lavorare sempre più in ambito motorio, a preparare gli alunni a crescere consapevoli del proprio corpo e delle proprie capacità per promuoverne sempre più il benessere a tutto tondo. Ne consegue che l'introduzione del movimento creativo all'interno di un percorso scolastico deve essere ben strutturato e in linea con le specificità della classe in modo che si possa esercitare attivamente il pensiero riflessivo, dare valore all'esperienza, all'operatività e permetta di costruire una base motoria iniziando gradualmente a tracciare il personale e unico percorso di vita di ciascun soggetto in crescita.

Riferimenti bibliografici

- Aucouturier, B. (2016). *Il metodo Aucouturier*. Milano: Franco Angeli.
- Becker, K. M. (2013). Dancing through the school day: How dance catapults learning in elementary education. *Journal of Physical Education, Recreation & Dance*, 84(3), 6-8.
- Bergstein Dow, C. (2010). Young Children and Movement: The Power of Creative Dance. *YC Young Children*, 65(2), 30-35.
- Chatzopoulos, D., Doganis, G., Kollias, I. (2018). Effects of creative dance on proprioception, rhythm and balance of preschool children. *Early Child Development and Care*, 189(12), 1943-1953.

- Cleland Donnelly, F. E., Millar, V. F. (2019). Moving Green, Going Green: An Interdisciplinary Creative Dance Experience. *Journal of Physical Education, Recreation & Dance*, 90(8), 20-33.
- Franco, A. D. R. L., Cobos, M. M. C. (2019). Psicomotricidad: construyendo aprendizajes a través del movimiento. *SATHIRI*, 14(2), 210-217.
- Gilbert, A. G. (2015). *Creative dance for all ages* (2nd ed.). Champaign, IL: Human Kinetics.
- Graham, S. F. (2002). Dance: A transformative occupation. *Journal of Occupational Science*, 9(3), 128-134.
- Hall, T., Heidorn, B., Welch, M. (2011). A description of preservice teachers' task presentation skills. *Physical Educator*, 68, 188-198.
- Harrington S., Engels, H. (2009). School Physical Education, Physical Activity and Fitness: Their relationship to student learning. *MAHPERD Journal*, Spring, 21-23.
- Leandro, C. R., Monteiro, E., Melo, F. (2018). Interdisciplinary working practices: Can creative dance improve math? *Research in Dance Education*, 19(1), 74-90.
- Lykesas, G., Giosos, I., Theocharidou, O., Chatzopoulos, D., Koutsouba, M. (2018). The Effect of a Traditional Dance Program on Health-Related Quality of Life as Perceived by Primary School Students. *Journal of Education and Training Studies*, 6(1), 96-103.
- Lykesas, G., Tsoyapkidou, A., Tsompanaki, E. (2014). Creative dance as a means of growth and development of fundamental motor skills for children in first grades of primary schools in Greece. *Asian Journal of Humanities and Social Studies*, 2(01), 211-218.
- Marc Richard, O. C. T. (2013). Dance as a language of learning and a source of embodied knowledge. *Physical & Health Education Journal*, 79(1), 6-10.
- McCutchen, B. (2006). *Teaching dance as art in education*. Champaign, IL: Human Kinetics.
- Moore, C., Linder, S. M. (2012). Using Dance to Deepen Student Understanding of Geometry. *Journal of Dance Education*, 12(3), 104-108.
- Moreno, M. J. C. (2017). Danza, la gran desconocida: Actividad Física paralela al Deporte. *Boletim Sociedade Portuguesa de Educação Física*, (13), 89-98.
- Neville, R. D., Makopoulou, K. (2021). Effect of a six-week dance-based physical education intervention on primary school children's creativity: A pilot study. *European Physical Education Review*, 27(1), 203-220.
- Nikitina, S. (2003). Movement class as an integrative experience: Academic, cognitive and social effects. *Journal of Aesthetic Education*, 37(1), 54-63.
- Piek, J.P., McLaren, S., Kane, R., Jensen, L., Dender, A., Roberts C., Rooney, R. Packer, T., Straker, L., (2013). Does the Animal Fun program improve motor performance in children aged 4-6 years? *Human Movement Science*, 32(5), 1086-1096.
- Presti, F. L. (2016). La funzione della corporeità nello sviluppo della conoscenza. *FORMAZIONE & INSEGNAMENTO. Rivista internazionale di Scienze dell'educazione e della formazione*, 14(1), 55-64.
- Ratey, J.J. (2008). *SPARK: The revolutionary new science of exercise and the brain*. New York: Little, Brown.
- Ravens-Sieberer, U., Gosch, A., Erhart, M., von Rueden, U., Nickel, J. (2006). Kidscreen Group Europe. *The Kidscreen Questionnaires: Quality of Life Questionnaires for Children and Adolescents*.
- Sharma, G., Stewart, T., Duncan, S. (2020). Effects of a Curriculum-Integrated Dance Program on Children's Physical Activity. *Journal of Physical Activity and Health*, 17(11), 1179-1183.
- Stinson, S. W. (2010). Questioning our past and building a future: Teacher education in dance for the 21st century. *Journal of Dance Education*, 10(4), 136-144.
- Temple, B. A., Bentley, K., Pugalee, D. K., Blundell, N., Pereyra, C. M. (2020). Using Dance & Movement to Enhance Spatial Awareness Learning. *Athens Journal of Education*, 7(2), 153-167.
- Theocharidou, O., Lykesas, G., Giosos, I., Chatzopoulos, D., Koutsouba, M. (2018). The Positive Effects of a Combined Program of Creative Dance and BrainDance on Health-Related Quality of Life as Perceived by Primary School Students. *Physical Culture and Sport*, 79(1), 42-52.
- Tsompanaki, E. (2019). The Effect of Creative Movement-Dance on the Development of Basic Motor Skills of Pre-School Children. *Review of European Studies*, 11(2), 29-40.
- Ulrich, D. A. (2000). *Test of Gross Motor Development, Examiner's manual*. Pro-ED. Inc., Austin, Texas.