

ALLEGATO 1_GIOCHI RITMICI

L'esempio che si propone è su un metro di 6/8, che è comune a moltissime danze ed è più complesso di un tempo binario, tuttavia l'insegnante può modificare il percorso per far eseguire ai bambini un metro di 4/4.

A. Partitura grafica

Far toccare i pallini permette di associare movimento battito accento, un principio fondamentale nella didattica ritmica.

L'insegnante eseguirà una sequenza di sei pulsazioni di uguale durata e intensità chiedendo ai bambini di colorare di rosso il pallino accentato consolida visivamente la percezione della pulsazione forte.



I partecipanti toccano i pallini uno dopo l'altro seguendo il ritmo "TU pam pam -Upam pam" e colorano di rosso quelli che corrispondono agli accenti (1 e 4):

Ripetere la lettura, aumentando leggermente la velocità, variando lo strumento: solo voce, voce +battere mani, tamburello, piede, ulteriori combinazioni).

B. Corpo e battito

I bambini battono i piedi seguendo il ritmo già consolidato nell'attività precedente:

"TU pam pam – **TU** pam pam"

- Sul 1 e 4: battito marcato (pulsazione forte)
- Sul 2-3-5-6: rimbaldi leggeri (pulsazioni deboli)

Dopo alcune ripetizioni, si può aggiungere il battito delle mani sulle pulsazioni forti.

C. Notazione ritmica e strumenti

Eseguire lo schema ritmico di base già sperimentato di 6/8 sugli strumenti a percussione a disposizione della classe (tamburelli, legnetti, maracas,...). Diversamente si potranno eseguire le figure ritmiche con matite, penne, pennarelli sul banco, cercando di differenziarne il timbro.

Schema ritmico base (6/8):

TU pam pam – TU pam pam

1 2 3 4 5 6

X o o X o o

La pulsazione forte (TU) verrà eseguita in modo più forte o con un battito al centro del tamburo

Le pulsazioni deboli (pam) saranno eseguite con colpi leggeri o sul bordo dello strumento

Si ripete il ciclo più volte, cercando di mantenere costante il tempo

Variante:

Dividere la classe in due gruppi:

Gruppo A: suona gli accenti (1 e 4);

Gruppo B: suona i colpi leggeri (2-3-5-6). Poi invertire i ruoli.

D. “Batti e muovi”

Posizione in piedi, a piedi paralleli.

Battito di mani forte sul 1 (TU).

Due battiti leggeri sulle cosce o sul petto su 2-3 (pam-pam).

Ripetere il ciclo con accento sul 4 e leggeri su 5-6.

- TU (mani) – pam pam (cosce) – TU (mani) – pam pam (cosce)

Quando il gruppo è sincronizzato, aggiungere un piccolo rimbalzo del corpo su ogni “pam pam” per simulare il movimento elastico del ballo.

Variante:

accompagnare il ritmo da un tamburello o da chi batte i piedi per rinforzare il tempo.

E. Dalla percussione al movimento danzato

Riprendere lo schema ritmico 6/8 con un semplice movimento di danza:

Posizione in piedi, a piedi paralleli.

Far fare un piccolo passo di accento (TU) con il piede destro, seguito da due passi leggeri (pam pam) sinistra-destra.

Ripetere su 4 battute, poi cambiare piede d'appoggio.

F. Dal ritmo allo schema motorio

Posizione in piedi, a piedi paralleli.

Si chiederà al bambino di cantare TU pam pam - TU pam pam, sapendo che sul "TU" c'è il cambio di piede d'appoggio. Dovranno quindi eseguire il seguente esercizio:

Pulsazione 1 TU (piede destro tocca forte a terra accento).

Pulsazioni 2-3: piccoli rimbalzi leggeri sulle punte (sinistro-destra).

Pulsazione 4 TU (piede sinistro tocca forte a terra).

Pulsazioni 5-6: piccoli rimbalzi (destra-sinistro).

ALLEGATO 2_SCHEDA DI ASCOLTO E ANALISI MUSICALE

Nome: _____

Data: _____

Classe: _____

ASCOLTO GUIDATO DEL BRANO

Titolo del brano: _____

Origine geografica: _____

Strumento principale: _____

Stile musicale: Pop Classica Tradizionale

Utilizzo del brano: Ascolto Concerto Danza

RITMO – DISTINZIONE BINARIO / TERZINATO

Binario (2/4 o 4/4)

Significa: Ogni battuta ha due pulsazioni principali.

Accento: su 1° e 2° battito come una marcia

Esempio: camminare–(sinistro, destro, sinistro, destro...)

Ternario su 6/8

Significa: Ogni battuta ha sei suddivisioni, raggruppate in due gruppi da tre (1-2-3 / 4-5-6).

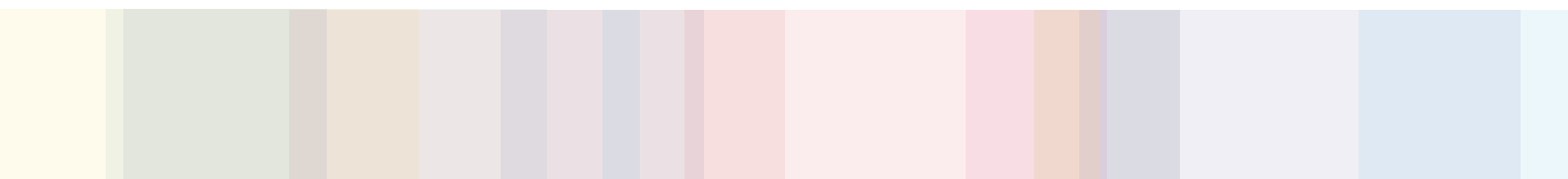
Accento su 1° e 4° movimento crea effetto "ondeggiante", simile a una ninna nanna o saltello.

Esempio: salto su un piede tre volte, poi sull'altro tre volte.

Metrica percepita del brano:

Binario (2/4 o 4/4)

Terzinato (6/8)



Accenti uditi (cerchia quelli che senti):



- forte – debole – forte – debole
- forte – debole – debole – forte – debole – debole
- tutti uguali

Il ritmo ti sembra:

- Regolare e calmo
- Saltellante, vivace e ripetitivo
- Libero e senza pulsazioni fisse

RAPPRESENTAZIONE VISIVA DEL RITMO

Scrivi o disegna la pulsazione base che senti.

Usa simboli ( = accento,  = suono leggero):

Prova a batterlo con mani o piedi. Riesci a tenerlo?

- No
- Con difficoltà
- Sì

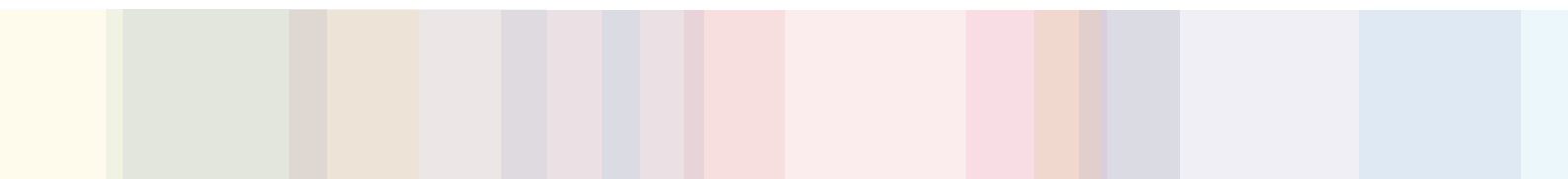
RIFLESSIONE PERSONALE

Come cambia il tuo corpo ascoltando questo brano?

- Vuoi camminare
- Vuoi saltellare o muoverti a tempo
- Resti fermo

Che emozioni ti dà questo ritmo?

- Tranquillità
- Allegria
- Nostalgia
- Voglia di ballare
- Altro: -----



ALLEGATO 3_GLI ABITI TRADIZIONALI

Obiettivo: far conoscere gli abiti tradizionali e stimolare osservazione, capacità descrittiva e creatività.

Attività espressiva:

Mostrare foto o video di feste e balli indicati nell'UDA. Chiedere agli studenti di osservare attentamente i vestiti, i colori, gli accessori.

Domande guida:

- Quali colori predominano?
- Che tipo di tessuti o accessori notate?
- Uomini e donne vestono allo stesso modo? Come si differenziano?

I bambini possono scrivere brevi note o fare uno schizzo semplice dei costumi.

Attività creativa:

L'attività aiuta a fissare nella memoria forme e colori degli abiti tradizionali.

- Far realizzare modellini in miniatura degli abiti osservati nelle immagini o nei video.
- Creare una bacheca o un cartellone della classe.

Compito di realtà:

Attraverso queste attività i ragazzi associano colore e forma dei vestiti al ballo e al contesto culturale.

- Dividere la classe in piccoli gruppi.
- Ogni gruppo prova a ricreare un costume usando i materiali a disposizione (foulard, cinture, cappelli, tessuti colorati, nastri,...).
- Mostrare l'abito alla classe e spiegare cosa rappresenta (per esempio, il colore, il tipo di cintura, il copricapo).
- Può essere proposta e organizzata una sfilata accompagnata da musica di *Su Dillu*.

ALLEGATO 4_STORIA ED EDUCAZIONE CIVICA

Obiettivi:

- Comprendere il ruolo delle danze popolari nella società.
- Riflettere sui valori e sulle emozioni trasmesse dal ballo.
- Confrontare tradizioni locali e nazionali.

Attività 1: “Parliamone insieme”

Modalità:

- Cerchio di discussione in classe
- Ogni alunno può dire una parola o una frase chiave sul ballo
- L'insegnante scrive le parole chiave sulla lavagna (es. gioia, condivisione, tradizione, identità)

Domande guida:

- Perché le persone ballano insieme da sempre?
- Come si può comunicare senza parole attraverso il ballo?
- In che modo il Su Dillu aiuta a sentirsi parte della comunità?

Attività 2: “Scriviamone insieme”

Modalità:

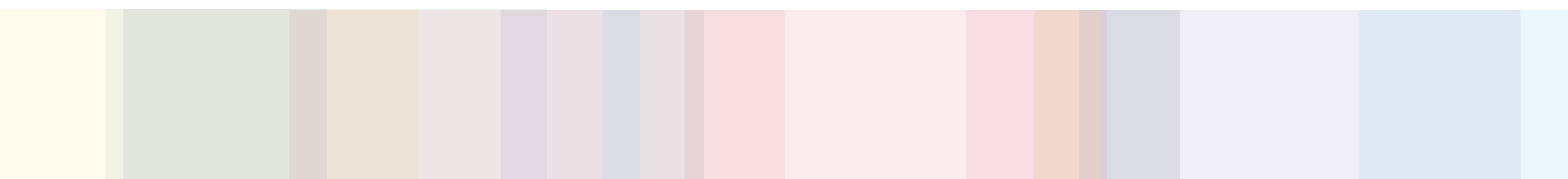
Riflessione scritta in piccoli gruppi o su post-it sui valori veicolati dal ballo che percepiscono.

Possibili spunti:

- Rispetto per gli altri danzatori
- Ascolto del ritmo e dei compagni
- Memoria delle tradizioni
- Appartenenza e comunità

Condivisione in classe:

- Costruire una mappa dei valori collettiva
- Collegare ogni valore a un esempio concreto della vita quotidiana



Attività 3: "Viaggio tra i balli italiani"

Gli alunni scelgono un ballo popolare italiano diverso da quello affrontato in classe e procedono ad un confronto.

Modalità:

Gruppi di 2-3 studenti creeranno una scheda di confronto o una piccola presentazione

Devono cercare:

- Regione di origine
- Strumenti musicali utilizzati
- Metro e ritmo del ballo
- Movimenti principali che lo caratterizzano
- Occasione in cui si balla

Confronto con il ballo appreso:

- Ritmo simile o diverso?
- Valori e scopi simili?
- Emozioni suscitate

Attività 4: Poster dei valori

A conclusione si realizzeranno dei un poster che colleghino balli popolari e valori civici (rispetto, ascolto, memoria, comunità).

Passaggi per realizzarlo in classe

- Dividere gli studenti in gruppi di 2-3.
- Ogni gruppo sceglie 4-6 valori principali osservati durante la danza o dalle discussioni e confronti in classe.
- Disegnare o ritagliare figure dei ballerini, strumenti musicali, pallini per il ritmo.
- Scrivere vicino ai disegni le parole chiave e esempi concreti.

Esposizione in aula: ogni gruppo presenta il proprio poster e spiega i valori scelti.

ALLEGATO 5_COSTRUZIONE DI TAMBURELLI ARTIGIANALI

Obiettivi specifici:

- Sperimentare la creazione di uno strumento musicale semplice.
- Comprendere come diversi materiali e tecniche influenzano il suono.
- Stimolare la creatività nella decorazione e personalizzazione dello strumento.
- Favorire la concentrazione, la manualità fine e il lavoro di gruppo.

Materiali necessari (per ogni bambino o gruppo):

- Piatti di carta o cartoncino spesso (come base del tamburello)
- Elastici o fili robusti
- Bacchette di legno, cucchiaini di plastica o tappi di sughero (per creare i sonagli)
- Carta velina, nastri, pennarelli, colori acrilici o tempere
- Colla stick o vinilica
- Forbici sicure per bambini

Eventuali materiali riciclati: tappi di bottiglia, cartone, bottoni, conchiglie, nastri...

Procedimento dettagliato:

Preparazione della base del tamburello

- Prendere il piatto di carta o cartoncino come "corpo" del tamburello.
- Se si usa un piatto di carta, ribaltarlo in modo che la parte concava diventi la superficie superiore.
- Con il piatto concavo verso l'alto, segnare con la matita il punto dove fissare i sonagli o gli elastici.

Creazione dei sonagli (opzionale)

- Fissare tappi di bottiglia, bacchette di legno o cucchiaini di plastica lungo il bordo del tamburello con elastici o fili.
- Controllare che siano ben saldi ma liberi di muoversi per produrre il suono.
- Alternative: usare bottoni, conchiglie o piccole pietre lisce chiuse in sacchetti di carta.

Fissaggio degli elastici

- Passare elastici attorno al piatto per creare tensione e ottenere un effetto sonoro più vibrante.
- Provare diversi spessori e tensioni per scoprire come cambia il suono.

Decorazione creativa del tamburello

- Colorare e decorare la superficie con pennarelli, tempere, carta velina, nastri o adesivi.
- Stimolare i bambini a inventare motivi personali o a rappresentare elementi del "viaggio nel Su dillu".

Suggerimento: si possono scrivere parole o simboli che richiamano emozioni, suoni o paesaggi del progetto.

Prova e sperimentazione sonora

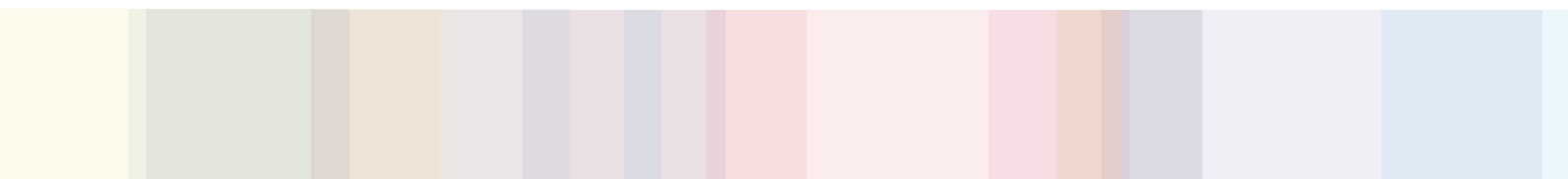
- Far suonare il tamburello con le mani.
- Provare diverse modalità: picchiettando, scuotendo, facendo rimbalzare i sonagli.
- Incoraggiare l'ascolto reciproco e la creazione di piccoli ritmi collettivi.

Condivisione e riflessione finale

- Mostrare il tamburello finito ai compagni e raccontare la scelta dei materiali e delle decorazioni.
- Creare piccoli ensemble musicali per accompagnare canti o racconti del progetto "Su dillu".

Varianti avanzate:

- Usare due piatti di carta sovrapposti e fissati per creare un tamburello più robusto e dal suono più pieno.
- Aggiungere piccole campanelle legate con filo al bordo per un effetto più musicale.
- Creare un tamburello "multisensoriale" aggiungendo stoffa o elementi tattili per stimolare il tatto oltre all'udito.



UDA DANZE ALBANESI

Introduzione e ascolto

Contestualizzazione geografica e storica:

- Localizzazione geografica e cenni culturali sull'Albania.
- Discussione collettiva: "Cosa sai dell'Albania e dei suoi balli?"
- Breve introduzione alle danze albanesi: origini, funzione sociale, significato simbolico.
- Visione di video di esecuzioni di Vallja e Osman Takës (la danza di Osman Taka) per individuare i diversi strumenti musicali utilizzati, i diversi costumi e apprezzare le diverse versioni esecutive.

[Vedi oltre, Le danze albanesi (Vallja Shqiptare) – Contestualizzazione storico-simbolica]

Analisi musicale

Riconoscimento di elementi musicali:

- Analisi collettiva dei brani ascoltati: ritmo, strumenti, andamento.
- Focus su strumenti tipici: clarinetto, baklama, daireja e lahuta e violino.

[vedi oltre - Gli strumenti musicali usati in Albania]

- Utilizzo della scheda di ascolto musicale per analizzare il brano (ritmo, velocità, strumenti, emozioni).

[vedi oltre Danza di Osman Taka – Scheda di ascolto musicale]

Attività espressive e motorie

Produzione motoria:

- Analisi della danza di Osman Taka
- [vedi oltre Danza di Osman Taka – Coreografia: come si muovono?]
- Apprendimento dei passi base della danza seguendo i due giochi proposti.
- [Vedi oltre 4 giochi proposti]
- Confronto con i passi base della danza Valia Pogonishte.
- Produzione grafico-artistica:
- Disegno e composizione di una scena illustrata della danza di Osman Taka.

- Disegna e colora un costume tradizionale albanese.
- Puzzle danzante.

[vedi oltre Danza di Osman Taka – Scheda di ascolto musicale e “puzzle danzante”]

Approfondimenti interdisciplinari

Educazione civica e storia:

- Realizzare un confronto con le danze italiane affrontate e ragionare con i bambini su somiglianze e differenze
- Riflessione su valori espressi nella danza di Osman Taka, anche effettuando un confronto con un'altra danza albanese nota, la valle Pogonishte, e con le danze italiane

[Vedi oltre La Valle e Pogonishte + Allegato 4 – Storia ed educazione civica]

Lettura e scrittura:

- Scrittura creativa: “Scrivi una mini leggenda”: racconto immaginario in cui il protagonista si salva con l'arte (es. canto, disegno, musica).

Tecnologia / Arte

- Realizzazione di un cartellone finale: “Il nostro viaggio nelle danze albanesi”

Le danze albanesi (Vallja Shqiptare)

Contestualizzazione storico-simbolica

Il ballo tradizionale albanese (Vallja) è un elemento centrale dell'identità culturale e sociale del Paese, fungendo da espressione storica, epica e comunitaria. Le danze variano enormemente a seconda della regione (Ghegëria a nord, Toskëria a sud) e del tipo di festa, ma sono accomunate da regole ritmiche e simboliche ben definite.

Origine e Storia

Le danze albanesi hanno radici antiche, probabilmente legate a riti pagani e a celebrazioni militari. Hanno assorbito influenze da culture vicine (ottomana, slava, greca) pur mantenendo un carattere distintivo.

- **Contesto Sociale:** Tradizionalmente, le danze si svolgevano durante matrimoni, nascite, feste religiose e cerimonie importanti. Il ballo era (ed è) un modo per celebrare l'unione familiare e l'identità del villaggio.
- **Musica e Strumenti:** L'accompagnamento è fornito dagli strumenti come il Laute (liuto), il Violinë (violino), il Klarinetë (clarinetto), e l'immane ritmo del Defi (o Daireja).
- Gli ensemble orchestrali, specialmente nel sud, sono noti come Saze.

Elementi Costitutivi del Ballo Albanese

1. La Struttura e la Coreografia

Le danze si dividono generalmente in due categorie coreografiche principali:

- **Vallja a cerchio aperto (Linjë/Katërkëndëshe):** in netto contrasto con la rigidità di molti balli a cerchio chiuso dell'Europa occidentale. La maggior parte delle danze veloci e complesse, soprattutto nel Nord e nel Centro (Ghegëria) dell'Albania, iniziano come una linea o un semicerchio, lasciando uno spazio aperto per il capofila, che è il leader della danza. Quest'ultimo, di solito il ballerino più esperto, guida l'intera catena decidendo la direzione, la velocità e la figura e esegue le eventuali mosse più difficili (salti, acrobazie, kërcim). Questo movimento dinamico lo porta a snodarsi lungo lo spazio disponibile creando un caratteristico effetto "serpentina" o a spirale. Questo tipo di danza simboleggia spesso un viaggio, una marcia o una sfida, dove la comunità segue il suo leader (storicamente un eroe o un capo clan).
- **Vallja Rrethore (Danza in Cerchio):** È la forma più comune, simile al ballu tundu sardo. I partecipanti si tengono per mano o per le spalle. Simboleggia la comunità e l'uguaglianza.
- **Vallja Dyshe / Çift (Danza in Coppia):** Meno comune, ma cruciale per eventi come i matrimoni. La coppia esegue passi più complessi, spesso di corteggiamento.

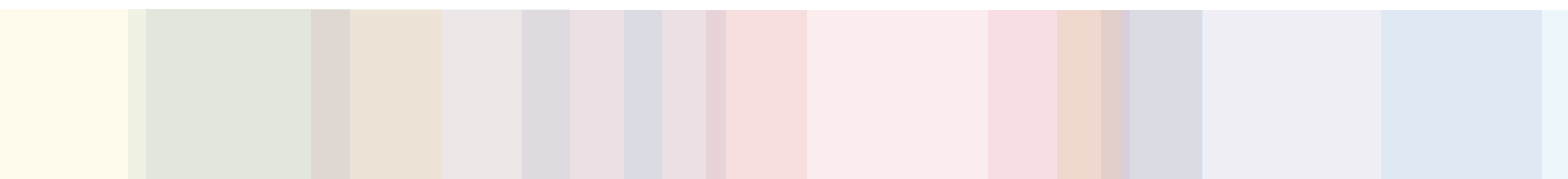
2. Lo Stile Esecutivo

Lo stile varia drasticamente tra Nord e Sud:

- Nord (Ghegëria): Danze spesso solenni, epiche e vigorose. Si caratterizzano per movimenti energici e salti, riflettendo la natura montuosa e il passato guerriero. Il ritmo è generalmente asimmetrico (es. 5/8, 7/8, 9/8).
- Sud (Toskëria): Danze più melodiche, liriche e aggraziate. Prevalgono passi lenti, fluidi e figure eleganti. Qui è forte l'influenza della musica per i saze.

3. I Tipi di Passi

Il passo base è l'alternanza ritmica del peso tra i due piedi, ma la caratteristica più distintiva è l'uso di "kërcitje" (battute di piedi) e, nei balli veloci, figure acrobatiche (kërcim - salti).



Gli strumenti musicali usati in Albania

Gli strumenti musicali visibili nella maggior parte dei video sono: violino (non forniamo scheda presumendo sia già noto), clarinetto (la scheda è presente negli allegati alla UDA Il filo che ci lega), daireja/defi e bouzuki/lavta e bakllamaja (talvolta presente). Si forniscono le schede di questi due strumenti, cui abbiamo aggiunto quelle degli altri due strumenti tradizionali (Lahutë e çiftelie) per eventuali approfondimenti.

1. Daireja / Defi

Classificazione Sachs- Hornbostel	211.3 (Tamburo a cornice con sonagli) / Membranofono a percussione
Origine e Diffusione	Strumento percussivo molto antico, diffuso in gran parte del Mediterraneo e dei Balcani. In Albania è noto come Dajre o Defi (spesso il Defi è una versione più grande).
Struttura Fisica	Consiste in un anello di legno circolare (ram) su cui è tesa una membrana (lëkurë) di pelle animale o, più di recente, sintetica.
Elementi Accessori	Spesso presenta sonagli (zinxhirë) o piattelli metallici (zile) inseriti lungo la cornice, che producono un suono tintinnante quando lo strumento viene agitato o percosso.
Tecnica Esecutiva	Si tiene con una mano e si percuote la membrana con le dita, il pollice, il palmo e il tallone della mano libera. Una tecnica fondamentale è la rotazione o agitazione per far suonare i sonagli in modo continuo.
Ruolo Musicale	È l'elemento ritmico principale. Nel folclore e nella musica saze, fornisce il tappeto ritmico e il groove per l'intero ensemble e per le danze (valle).

2. Bouzouki/Lavta

Classificazione Sachs-Hornbostel	321.321 (Liuto a manico lungo con collo a piolo) / Cordofono a pizzico
Origine e Diffusione	Bouzouki: Grecia, evoluzione del baglama anatolico. Lavta: Istanbul, Turchia. Entrambi sono diffusi nei Balcani e nel Mediterraneo orientale, influenzando la musica del Sud Albania.
Struttura Fisica	Corpo: Cassa armonica a forma di pera con fondo tipicamente bombato (skáfos), costituito da strisce di legno incollate (doghe); la qualità aumenta con il numero di doghe (fino a 60 per i modelli professionali di Bouzouki). Lavta: Corpo a forma di pera, con meno doghe rispetto all'oud.
Manico	Bouzouki: Manico (mániko) molto lungo, con circa 26 tasti. Spesso intarsiato in madreperla. Lavta: Manico con tasti, leggermente più lungo dell'oud.
Corde	Bouzouki: Esistono due tipi principali: Trichordo (6 corde), con 3 cori doppi (accordato Re-La-Re); e Tetráchorde (8 corde), con 4 cori doppi (accordato Do-Fa-La-Re). Lavta: Oggi ha 6-8 corde, ma in passato poteva averne da 6 a 24.
Tecnica Esecutiva	Si suona a pizzico con un plettro (spesso sottile). La tecnica del Bouzouki richiede virtuosismo e velocità, ed è la base per danze veloci come il sirtaki. La tecnica della Lavta è simile a quella dell'oud.

Ruolo Musicale	Bouzouki: Suono squillante che ricorda un mandolino, ma con un tono più basso. È lo strumento principale della musica Laikó e Rebetiko greca. Lavta: Ha un suono caldo e risonante, una via di mezzo tra l'oud e il tanbur. Entrambi sono usati per melodie ricche e complesse.
-----------------------	---

3. Bakllamaja

Classificazione Sachs-Hornbostel	321.321 (Liuto a manico lungo con collo a piolo) / Cordofono a pizzico
Origine e Diffusione	Strumento tradizionale albanese, particolarmente diffuso nelle regioni centrali e meridionali (Toskëria) e nell'area di Korçë. Parte della famiglia dei saz.
Struttura Fisica	Liuto a manico lungo e corpo a forma di pera. Simile alla Çifteli, ma con dimensioni generalmente maggiori e una struttura melodica più complessa.
Corde	Solitamente 3 o 4 corde in metallo, disposte in tre o quattro cori. Tradizionalmente accordato per quarte o quinte.
Manico e Tasti	Manico lungo con numerosi tasti non fissi, che permettono l'esecuzione di scale modali complesse tipiche della musica balcanica e albanese.
Tecnica Esecutiva	Si suona a pizzico utilizzando un plettro (pendë) o le unghie, alternando ritmi rapidi e arpeggi.
Ruolo Musicale	Strumento solista e d'accompagnamento in ensemble come i sazet. Molto usato per l'accompagnamento di danze e canzoni liriche e sentimentali.

4. Lahutë

Classificazione Sachs-Hornbostel	321.311 (Liuto ad arco a manico corto) / Cordofono ad arco
Origine e Diffusione	Strumento epico, diffuso in tutte le regioni montuose dei Balcani con il nome di Gusla. In Albania (soprattutto nel nord, regione Gheg) è il simbolo della tradizione epica orale del Paese.
Struttura Fisica	Liuto ad arco monossile, scolpito da un unico blocco di legno (di solito acero). Il corpo è a forma di ciotola, ricoperto da una pelle animale tesa (spesso capra o pecora).
Corde	Possiede una sola corda, fatta di crini di cavallo o nylon.
Archetto	L'arco (hark) è piccolo, curvo, e le corde sono anch'esse di crini di cavallo.
Manico e Cavigliere	Manico senza tasti. La testa (koka) è un elemento artistico, spesso scolpita con la figura simbolica di una capra selvatica (keca) o di un'aquila.
Tecnica Esecutiva	Si suona tenendo verticalmente lo strumento tra le ginocchia e strofinando la corda con l'arco. Le dita del musicista toccano la corda lateralmente o la sfiorano, senza premerla sul manico, producendo micro-variazioni di tono e un accompagnamento ronzante al canto.
Ruolo Musicale	Supporto fondamentale per il cantore epico (lahutar), che recita in modo solenne i poemi storici e legendari (Këngët e Kreshnikëve).

La lahuta è patrimonio immateriale dell'umanità UNESCO e potete trovare un ottimo approfondimento sulla lahuta qui: <https://www.youtube.com/watch?v=Qv2DHylkn3c>

5. Çifteli

Classificazione Sachs-Hornbostel	321.321 (Liuto a manico lungo con collo a piolo) / Cordofono a pizzico
Origine e Diffusione	Strumento tradizionale albanese, il cordofono più diffuso, in particolare nelle regioni settentrionali (Ghegëria) e in Kosovo. Il nome deriva da çift ("coppia") e tel ("corda").
Struttura Fisica	Liuto a manico lungo e corpo piccolo, scavato da un unico pezzo di legno o costruito con cassa a doghe (a forma di pera o cucchiaio). La cassa è spesso decorata con l'aquila bicipite albanese.
Corde	Tradizionalmente ha due corde (ma esistono varianti con 3 o 4 corde). Spesso sono accordate in intervalli di quarta o quinta (ad esempio, Si e Mi).
Manico e Tasti	Manico molto lungo con numerosi tasti liberi (a volte 13 o più), che consentono l'esecuzione di una gamma ricca di note e microtoni.
Tecnica Esecutiva	Si suona a pizzico utilizzando le dita, un plettro (spesso una penna) o un anello metallico. La corda superiore è spesso usata come bordone ritmico (un tono fisso), mentre la corda inferiore esegue la melodia.
Ruolo Musicale	Strumento versatile usato sia per l'accompagnamento ritmico che per melodie soliste. È fondamentale nell'esecuzione di balli (valle) e canzoni popolari, ed è spesso suonato dai cantori epici per accompagnare canti meno solenni rispetto alla Lahutë.

La Tradizione Musicale Albanese

1. Contesto Storico e Geografico

Canti, danze e pratiche strumentali sono strettamente correlate alla loro area geografica di sviluppo, influenzate dalle vicende storiche e dalla conformazione del paesaggio.

L'Albania (Shqipëria) è stata dominata da grandi imperi (Romano, Bizantino, Serbo, Ottomano) e, più recentemente, ha subito dominazioni straniere (Italiana 1939-1943, Nazista 1943-1944) fino alla dittatura comunista (terminata nel 1991).

Le manifestazioni artistiche riflettono la fusione di pratiche culturali introdotte dai conquistatori, adattandosi e sedimentandosi nelle diverse zone del Paese.

2. La Macro-Divisione Geografica e Linguistica

Il Paese si divide in due grandi gruppi culturali e geografici, separati dal fiume Shkumbin (che scorre da est a ovest). Una prima grande suddivisione riguarda il nord e il sud per le musiche vocali. Il nord dell'Albania è caratterizzato da musiche prevalentemente monodiche, quindi con un solista o un gruppo che però esegue la stessa melodia. Le tematiche dei canti sono eroiche, epiche, e raccontano la vita di montagna.

Esempio: Këngë Maje krahi (https://www.youtube.com/watch?v=MgUNIFp-EtI&list=RDMgUNIFp-EtI&start_radio=1).

Il sud dell'Albania è il regno della polifonia tosk e lab. Le musiche polifoniche tosk seguono un sistema modale e sono caratterizzate dal bordone (chiamato anche iso), sul quale una voce solista canta, nello stile lab le voci soliste sono due.

Esempio: Mbeçë, more shokë, mbeçë (https://www.youtube.com/watch?v=sD14sU-Wwrc&list=RDsD14sU-Wwrc&start_radio=1).

È in questa area che si trova la Ciamuria (dialetto Cham), nota per le danze (es. Osman Taka).

La Vallja e Osma Takës (La Danza di Osman Taka)

La Vallja e Osma Takës è una delle danze più famose e simboliche dell'Albania, originaria della regione di Çamëria (Toskëria meridionale, oggi divisa tra Albania e Grecia).

È un perfetto esempio di come la danza sia legata alla memoria storica.

Elementi Costitutivi e Struttura

Questa danza è un ballo eroico e solenne, spesso eseguito in cerchio o in linea, guidato da un capofila (il "leader" della danza) che esegue le mosse più acrobatiche e difficili.

- Ritmo: È eseguita in un tempo molto lento e misurato (generalmente 2/4 o 4/4), caratterizzato da pause drammatiche e cadenze precise.
- Movimenti:
 - Andamento grave: I passi sono pesanti, lenti, eseguiti con il busto eretto, a simboleggiare la dignità e il coraggio.
 - Il lancio (Kërcim): Il momento culminante avviene quando il capofila si stacca dalla linea per eseguire un salto acrobatico o una complessa torsione della gamba in aria, atterrando con precisione.

Storia e Significato Simbolico

La danza un tempo si chiamava "Danza degli Uomini di Konispol", ma leggenda vuole che salvò la vita di un uomo, del quale oggi prende il nome: "La Danza di Osman Taka". Osman Taka, un eroe albanese e çeta (capo guerriero) del XIX secolo, noto per la sua resistenza contro le forze ottomane.

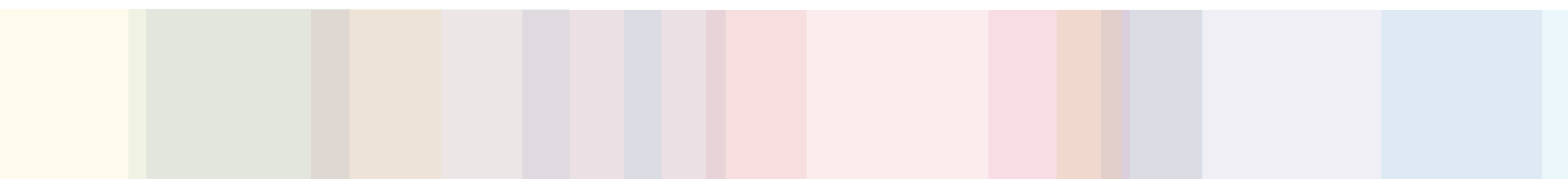
- L'Episodio: La storia si svolge durante l'occupazione dell'Impero Ottomano. La leggenda narra che Osman Taka fu catturato e condannato a morte dai Turchi. Prima di essere giustiziato, gli fu concesso di esprimere un ultimo desiderio: ballare. Egli eseguì una danza di una bellezza e fierezza tali da commuovere i suoi carnefici, che decisero di concedergli la grazia della vita.
- Simbolismo: La danza non è solo un ballo, ma un monumento alla resistenza, al coraggio e all'onore (Besa).
 - I movimenti lenti e maestosi riflettono la sua ferma dignità di fronte alla morte.
 - Il salto acrobatico simboleggia l'ultimo atto di ribellione e la libertà dello spirito anche quando il corpo è prigioniero.
 - La resistenza a sostenere il peso degli altri ballerini dimostrano la forza e la maestria del leader.

Oggi, la Vallja e Osma Takës è un pezzo essenziale del repertorio folcloristico albanese, eseguito per mostrare rispetto per la storia e celebrare lo spirito indomito del popolo albanese.

La "Danza di Osman Taka" è un monito duraturo di come la forza di un singolo individuo, attraverso il coraggio e la cultura, possa cambiare il corso della storia.

Trovate in rete ottimi esempi per vedere come è fatta qui:

1. La danza completa eseguita da professionisti: https://youtu.be/Mzu_cmXTfNc
2. La danza parzialmente eseguita da bambini: <https://www.youtube.com/watch?v=KOHdAV4KyGc>
3. La danza eseguita ad un matrimonio: <https://www.youtube.com/watch?v=XmIOaAw-Q-U>
4. Per vedere bene gli strumenti musicali: https://www.youtube.com/watch?v=3M-K1NfgHXY&list=RD3M-K1NfgHXY&start_radio=1



Danza di Osman Taka:

Scheda di ascolto musicale

Titolo:	Vallja e Osman Takës
Origine:	Albania - zona dell'Epiro
Tipo di musica:	Musica popolare tradizionale (folk)
Tipo di danza:	Danza maschile - lenta e poi veloce

Cosa sento?

Elemento	Domande guida	Descrizione semplice Scrivi o disegna cosa noti
Melodia	La musica è dolce? Triste? Energica? Cambia?	
Ritmo	È lento o veloce? Cambia durante la danza?	
Movimento	Immagini i ballerini: camminano, saltano, si inchinano?	
Strumenti	Riconosci strumenti? Es: violino, tamburo, clarinetto	
Voce	C'è canto o solo musica?	

Coreografia: come si muovono?

(Osserva il video: https://youtu.be/Mzu_cmXTfNc)

Esempio:

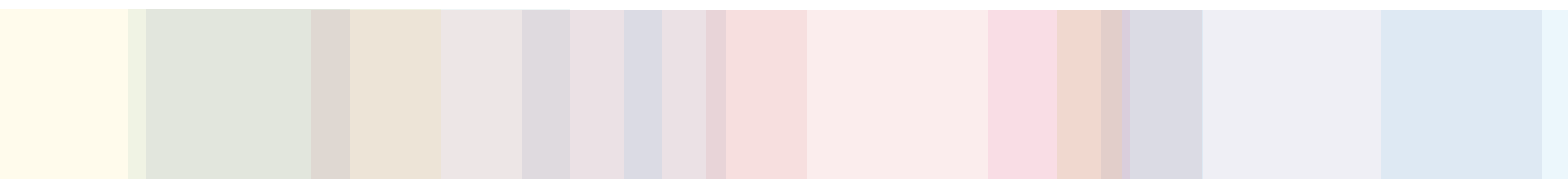
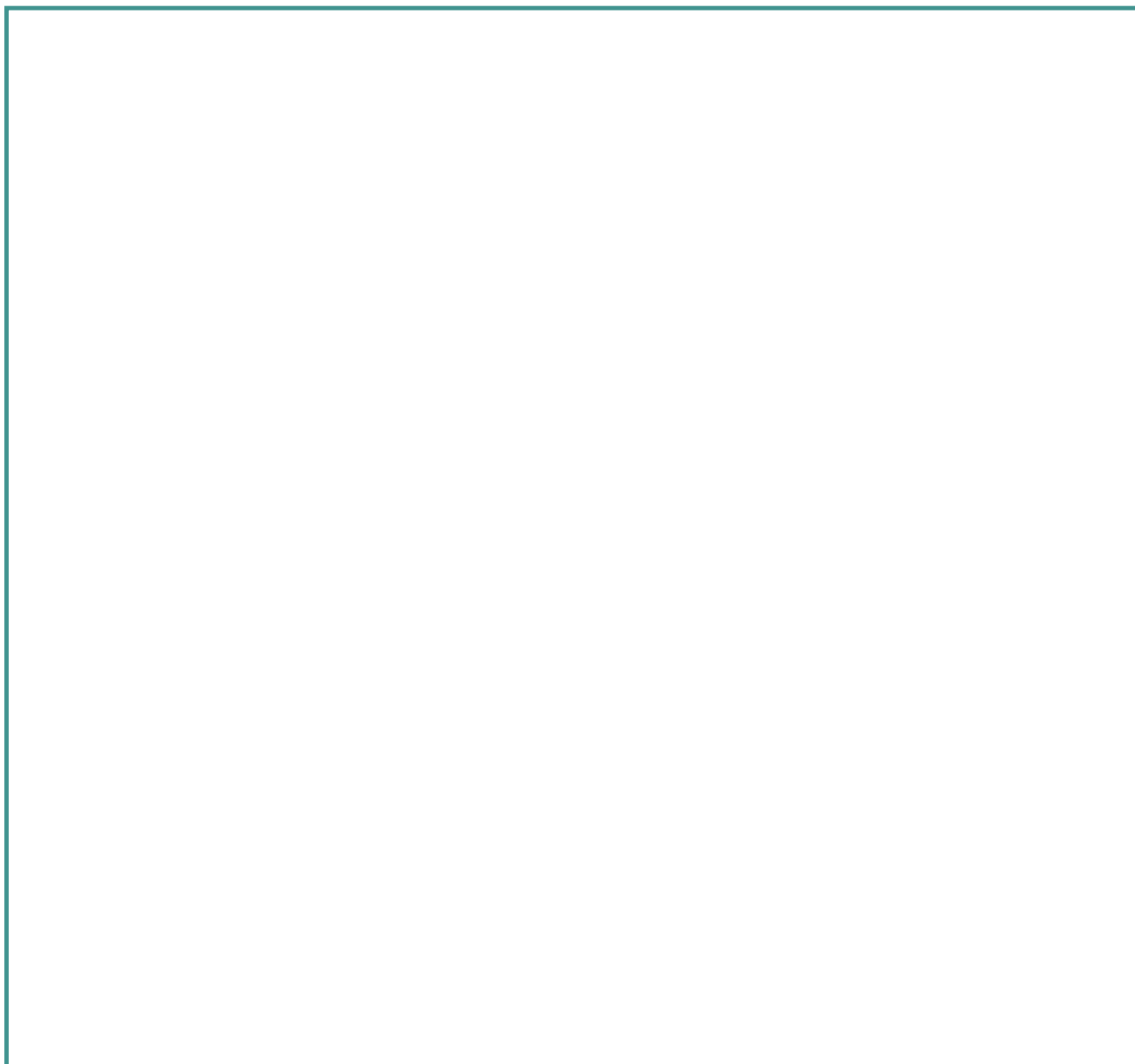
I ballerini iniziano lenti, in cerchio.

Poi il movimento diventa più veloce e uno si mette a ponte.

Gli altri saltano sopra o ballano intorno a lui.

È una danza di forza, resistenza e bellezza...

Disegna un momento della danza che ti è piaciuto:



Gioco “Lento-veloce-lento”

Inventa e sperimenta un piccolo passo di danza con il ritmo “lento-veloce-veloce” (usa battiti di mani o piedi) per interiorizzare il ritmo tipico della danza: slow – quick – quick

Materiale: Tamburello, mani, piede, oppure basi audio (se disponibili)

Come si gioca:

- L'insegnante batte il ritmo sul tamburello o lo fa con le mani: “Lento... Veloce! Veloce!”
- I bambini lo ripetono battendo i piedi o camminando in cerchio.
- Poi trasformano i battiti in passi base della danza (prima lentamente, poi aumentando il ritmo).

Successivamente si può variare: Il ritmo viene “nascosto” tra altri ritmi e i bambini devono ascoltare attentamente e reagire con il passo giusto.

Sono Osman Taka!

Come si gioca:

I bambini a turno devono “imitare” Osman Taka mentre danza per salvarsi inventano una mini-danza ispirata al ballo originale:

Spunti guida:

- inizia lenta, poi diventa più veloce
- esprime emozione con i gesti
- deve contenere almeno 3 movimenti simbolici (es. un inchino, un salto, una rotazione del busto, un gesto verso il cielo)
- aumenta l'energia nel corso della danza

Può diventare un mini-spettacolo improvvisato, da fare in gruppo.

Gioco “Tutti in cerchio”

Come si gioca:

I bambini sono in cerchio.

L'insegnante chiama una “posizione” o “azione” tradizionale:

- Passo in avanti lento
- Inchino con braccia aperte
- Passo laterale + battito mani
- Ponte con il corpo (versione facilitata: piegamento con mani a terra)

Tutti devono eseguirla insieme.

Variante competitiva: chi sbaglia viene “gelato” per un turno.

Passa il passo

Come si gioca:

In cerchio, un bambino inventa un piccolo movimento (es. passo + battito).

Lo esegue e "passa" al compagno accanto, che lo ripete e aggiunge il suo movimento.

Si continua fino a creare una mini-coreografia di gruppo, stile "danza tradizionale".

Variante per avvicinarsi il più possibile alla danza originale: usare solo movimenti che rispettano lo stile (passi ampi, mani unite, piegamenti).

Puzzle danzante

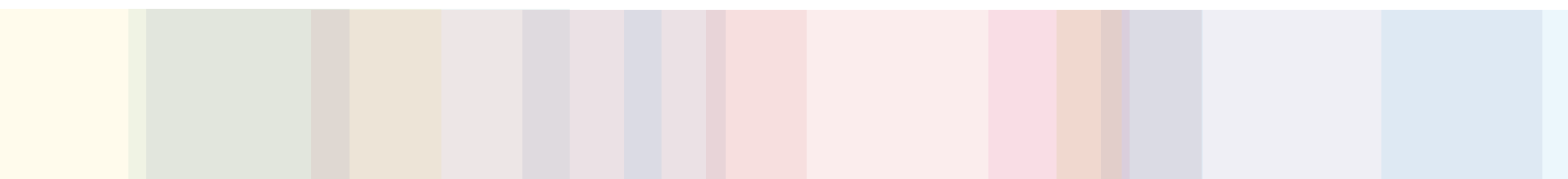
Obiettivo: Ricostruire i movimenti della danza in ordine logico.

Come si gioca:

Stampare o disegnare carte con i diversi movimenti (es. passo lento, giro, ponte, battito mani).

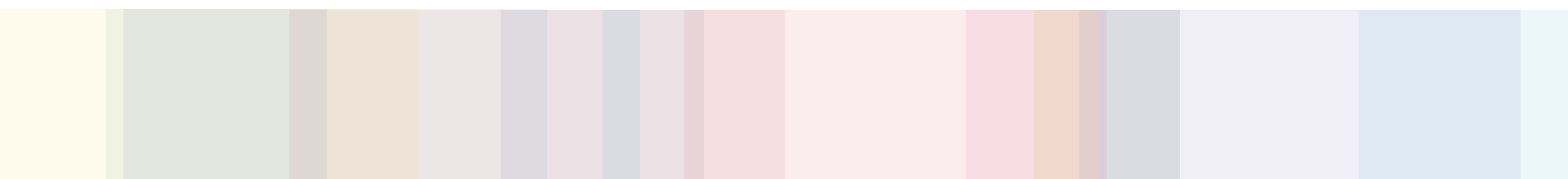
I bambini, a gruppi, devono mettere in ordine le carte e poi provare la sequenza.

Variante competitiva a punti: il gruppo che crea la sequenza più "musicale" o armoniosa vince.



Approfondimenti interdisciplinari

Scrivi una mini leggenda: inventa un personaggio che si salva con l'arte (es. canto, disegno, musica).



La Valle e Pogonishte

Storia e Descrizione

La danza è nota come Valle Pogonishte, che significa letteralmente "Danza della regione di Pogon".

1. Origine Geografica e Storica

- **Regione:** La danza è originaria della regione di Pogon, che è un'area storica divisa tra l'Albania meridionale (distretti di Gjirokastër e Përmet) e la Grecia nord-occidentale (regione dell'Epiro).
- **Contesto Culturale:** A causa della sua posizione al confine, la Valle Pogonishte condivide strette somiglianze e radici storiche con la danza greca nota come Pogonios o Sta Dyo (in due), appartenendo alla famiglia più ampia del Syrtos (danze in cerchio balcaniche).
- **Diffusione:** Pur essendo nata in una specifica area del sud, la sua popolarità è cresciuta fino a diventare una delle danze più conosciute e ballate in tutta l'Albania in diverse variazioni, specialmente in contesti festivi.

2. Caratteristiche Musicali e Ritmiche

- **Metro:** Il ritmo è generalmente in metro binario, comunemente indicato in 2/4.
- **Tempo:** Può essere eseguita a tempi diversi, da lento e misurato a più veloce e incalzante, adattandosi al contesto della festa o alla sezione della musica.
- **Strumenti:** La musica tradizionale è spesso suonata da un complesso strumentale noto come Saze (tipico dell'Albania meridionale), che include strumenti come clarinetto, violino, llahutë (liuto a manico lungo) e il defi (tamburello).

3. La Coreografia e lo Stile

- **Formazione:** La Pogonishte è una danza di gruppo, eseguita in un cerchio aperto o in una linea curva. Uomini e donne partecipano insieme, tenendosi per mano, con il capo fila (il leader) che dirige la danza.
- **Stile:** Lo stile è descritto come orgoglioso, leggero e controllato. I ballerini sono spesso eretti, con le ginocchia leggermente flesse.
- **Il Passo Base:** Il movimento caratteristico della Pogonishte è un doppio rimbalzo morbido o un leggero molleggio su ogni battito musicale. Il passo di base è una sequenza di due o più passi laterali (spesso con un passo incrociato dietro), che si muove generalmente in senso antiorario.
- **Il Ruolo del Leader:** Il ballerino o la ballerina in testa alla linea è il capo (udhëheqësi), che può eseguire passi improvvisati e virtuosismi (specialmente gli uomini) per mostrare abilità e attirare l'attenzione, elevando a volte la gamba in modo vistoso.

Funzioni e Significato della Danza

La Valle Pogonishte è molto più di un semplice divertimento; essa ha ricoperto e ricopre ancora diverse funzioni sociali e culturali fondamentali:

1. Funzione Sociale e di Aggregazione

- **Danza per Ogni Occasione:** È la danza passe-partout albanese, adatta a qualsiasi festività e riunione sociale (matrimoni, compleanni, feste di paese, celebrazioni religiose, ecc.).
- **Comunità e Identità:** Ballare in cerchio o in linea, tenendosi per mano, simboleggia l'unità e la forza della comunità. La danza rafforza i legami sociali e l'appartenenza.
- **Espressione Collettiva:** Essendo una danza di gruppo, permette a tutti di partecipare, indipendentemente dall'età, ed è un'espressione di gioia collettiva.

2. Funzione Epica e Narrativa (Canti)

- **Canti Associati:** Molte danze Pogonishte sono eseguite mentre il gruppo canta canti epici, ballate o canzoni che celebrano l'eroismo, la storia della regione o, più spesso, l'amore e la bellezza.
- **Elogio della Danza:** Esistono canti specifici (come riportato nei testi tradizionali) che elogiano la danza stessa, descrivendola come "vecchia e bella" e lodando l'eleganza delle ballerine (paragonate a cerbiatte o fate).

3. Funzione di Corteggiamento e Dimostrazione

- **Status Symbol:** Nel passato, l'abilità nel ballare era una forma di dimostrazione sociale. Gli uomini potevano mostrare il proprio valore e la qualità dei loro abiti tradizionali (come la fustanella kilt-simile) attraverso l'energia e l'altezza dei loro passi e salti.
- **Eleganza Femminile:** Le donne mostrano grazia e compostezza, che sono virtù celebrate nella cultura tradizionale.

In sintesi, la Valle Pogonishte è il simbolo della tradizione albanese del sud, un ponte culturale con i popoli vicini e la forma più comune e gioiosa di espressione comunitaria.

Per comprendere come è costruita si suggeriscono i seguenti video:

Vallia Pogonishte ballata ad un matrimonio

https://www.youtube.com/watch?v=S_h3RFByFXg

Impariamo il passo base

<https://www.youtube.com/watch?v=rM6FX5JgRlw>

Si inizia disposti in fila (o in cerchio) da fermi, con le braccia sui fianchi.

Una volta appreso il passo si procede ad eseguirlo camminando, tenendosi per mano

Lezione di danza sulla Vallia Pogonista

<https://www.youtube.com/watch?v=yrSQuEYjtKc>

(1. Posizione delle braccia e delle mani; 2. Distanziamento tra le ballerine; 3. (a 0'50") spiega il passo alzando il piede che terrà il tempo più lungo. 4. Prove delle bambine)

Il passo realizzato si compone di un ciclo di 8 pulsazioni, suddivise in due semi-cicli di 4 pulsazioni. Le ballerine si muovono in cerchio aperto sempre verso destra, ma in un semi-ciclo sono rivolti a destra, nel secondo sono rivolti a sinistra. Dunque, ogni ciclo realizza solo 3 passi, di cui i primi due corrispondono alle prime 2 pulsazioni, mentre il terzo passo ne prende due perché compie il movimento dell'incrocio indietro (quando il corpo gira a sinistra) o davanti (quando il corpo gira a destra).

All'inizio si vede il maestro tenere il piede alzato, perché in realtà il passo finale prevederà anche lo slancio della gamba in avanti, come appreso nel video precedente.

UDA DANZE RUMENE

Introduzione e ascolto

Contestualizzazione geografica e storica:

- Localizzazione geografica e cenni culturali sulla Romania.
- Discussione collettiva: "Cosa sai della Romania e dei suoi balli?"
- Breve introduzione alle danze rumene: origini, funzione sociale, significato simbolico.
- Visione di video di esecuzioni di balli rumeni per individuare i diversi strumenti musicali utilizzati, i diversi costumi e apprezzare le diverse versioni esecutive.

[Vedi oltre, Le danze rumene contestualizzazione storico-simbolica]

Analisi musicale

Riconoscimento di elementi musicali:

- Analisi collettiva dei brani ascoltati: ritmo, strumenti, andamento.
- Focus su strumenti tipici.
- Utilizzo della scheda di ascolto musicale per analizzare il brano (allegato 2).

[Vedi oltre Le danze rumene contestualizzazione storico-simbolica]

Attività espressive e motorie

Produzione motoria:

- Analisi delle danze horă, sârba e bățuta

[Vedi oltre, Le danze rumene contestualizzazione storico-simbolica]

- Apprendimento dei passi base della danza seguendo i due giochi proposti.

[vedi oltre, impariamo horă, sârba e bățuta]

- Confronto con i passi base della danza Valia Pogonishte.

Produzione grafico-artistica:

- Disegna e colora un costume tradizionale rumeno.
- Puzzle danzante.

[Per le realizzazioni vedi indicazioni per le danze albanesi, per le danze rumene vedi oltre "Gli abiti tradizionali"]

Approfondimenti interdisciplinari

Educazione civica e storia:

- Realizzare un confronto con le danze italiane affrontate e ragionare con i bambini su somiglianze e differenze

[Vedi allegato 4 – Storia ed educazione civica]

Tecnologia / Arte

- Realizzazione di un cartellone finale: "Il nostro viaggio nelle danze rumene"

3. Prodotto finale

La fase conclusiva prevede la valorizzazione e la condivisione dei risultati del percorso attraverso un'esibizione collettiva in altra classe o a un evento scolastico, mostrando sia il cartellone (se realizzato) sia il ballo.

Danze e balli delle Romania

Contestualizzazione storica

Oggi la Romania è costituita da nove regioni: Banato, Bucovina, Crișana, Dobrugia, Maramureș, Moldavia, Muntenia, Transilvania e Oltenia. Grazie ad una storia frastagliata e alla disposizione geografica, sul territorio rumeno coesistono diverse tradizioni e pratiche culturali che si riflettono nella caratterizzazione delle musiche e delle danze.

In generale, in tutta la Romania, i gruppi musicali che eseguono musiche popolari sono detti tarafuri e cambiano organico in funzione della collocazione geografica di riferimento.

Un buon esempio è qui: https://www.youtube.com/watch?v=R9GL_caQJsE&list=PLHrozwsWLMa2AzwGokEhA0JjkqN7OCxuB

Esiste anche un Festival Nazionale dei tarafuri. Potete vedere alcune formazioni con gli strumenti usati principalmente qui: https://www.youtube.com/watch?v=xEQxOjrb_ow

Lo strumento principe che accomuna la quasi totalità dei tarafuri ed elemento chiave della musica rumena è il violino, principalmente impiegato nel ruolo di solista, ma talvolta anche utilizzato come strumento di accompagnamento soprattutto se in presenza di altri violini. Anche oggi, lo strumento è un simbolo distintivo delle tradizioni musicali rumene. Esso si accompagna a diversi strumenti popolari locali come tárogató, cobza, taragot, țambal.

Uno schema di questi strumenti è in questa tabella, ma immagini e descrizione degli strumenti popolari rumeni è qui: <https://sfdh.us/encyclopedia/romanianfolkmusicinstrumentslafarge.html>.

Strumento	Famiglia Strumentale	Descrizione	Ruolo nella Musica Tradizionale	Note Aggiuntive
Taragot (o țarogot)	Legni (aerofono ad ancia singola)	Strumento a fiato con corpo conico, simile a un clarinetto, ma con un suono che ricorda quello del sassofono o della tromba.	È uno dei principali strumenti solisti e melodici. Essenziale nella musica popolare della Transilvania e nel Banato.	Il nome deriva dal Tárogató ungherese, che è un antico strumento a doppia ancia, ma la versione moderna e più diffusa (inventata nel 1890) è ad ancia singola e ha un suono molto caratteristico e malinconico.
Cobză (o kobza)	Corde (liuto)	Un piccolo liuto a manico corto, con fondo bombato, privo di tasti e corde, solitamente doppie o triple. Si suona pizzicando le corde con un plettro o una penna.	Strumento di accompagnamento ritmico e armonico. Tipico della Valacchia e della Moldavia.	Strumento molto antico, con un suono che è essenzialmente percussivo e di sostegno armonico (ritmicamente simile a un'arpa).

Strumento	Famiglia Strumentale	Descrizione	Ruolo nella Musica Tradizionale	Note Aggiuntive
Tárogató	Legni (aerofono ad ancia doppia)	Strumento ungherese, spesso confuso con la versione rumena. Il Tárogató ungherese storico è un oboe popolare a doppia ancia, mentre il Tárogató moderno è il parente stretto del Taragot rumeno (vedi sopra).	Nella musica rumena, quando si menziona questo nome, ci si riferisce quasi sempre alla versione moderna ad ancia singola, cioè al Taragot.	Lo strumento moderno è considerato un simbolo culturale ungherese, ma è fondamentale anche nelle aree rumene storicamente influenzate dalla cultura ungherese (come la Transilvania).
Țambal (o cimbalom)	Corde (percosso)	Simile a un salterio, con le corde tese su una cassa armonica. Viene suonato percuotendo le corde con due piccoli martelletti.	Strumento sia ritmico che armonico (e a volte melodico). Essenziale negli ensemble, specie quelli dei musicisti Rom (Lăutari).	Esistono due versioni principali: il țambal mic (piccolo) e il țambal mare (grande), quest'ultimo con gambe e un registro più esteso.

Per quanto riguarda la musica, molti studiosi hanno individuato due grandi gruppi: la musica rurale, ovvero quella afferente alle pratiche musicali tipiche della società pre-industriale e contadina che tratta temi legati vita agricola e al paesaggio, e la musica urbana, intesa come quella eseguita tipicamente nelle città e che riguarda prevalentemente le classi più agiate della società residente nei centri urbani. All'interno di queste musiche esistono diversi repertori, in base ai contesti e alle occasioni, dato che la musica rumena è incredibilmente ricca e varia, con differenze regionali molto marcate. Il termine "musiche popolari" può riferirsi sia al folklore tradizionale (canti e danze antiche) che alla musica pop/folk moderna ("Manele", "Ethno Pop"), forniamo dunque uno schema che copre i generi più importanti in entrambe le categorie.

La musica popolare rumena si divide in due macro-categorie principali: la Muzica Tradizională (folklore e tradizione) e la Muzica Populară, Ușoară o Muzica Etno/Manele (musica tradizionale con strumenti moderni, musica leggera e pop-folk moderna).

La musica folcloristica tradizionale include le forme più antiche e pure, spesso legate a riti e feste stagionali. È caratterizzata da una forte impronta regionale.

Genere	Descrizione	Contesto e Esecuzione	Esempi Celebri
Doina	Un canto lirico, malinconico e improvvisato, caratterizzato da un ritmo libero (tempo rubato). Esprime sentimenti profondi come l'amore, la solitudine, il dolore per la patria, o la natura.	Eseguito in solitudine o come pezzo virtuosistico da cantanti o strumentisti (spesso al violino, flauto o caval). Riconosciuto dall'UNESCO come patrimonio immateriale.	Doina de Jale (di lutto), Doina Haiducească (del bandito).
Cântec Bătrânesc	Canto epico e narrativo (letteralmente: "canto degli anziani"). Racconta storie di eroi, guerre, leggende e eventi storici.	Eseguito da un cantante solista, a volte accompagnato. Spesso di lunga durata.	Storie sul voivoda Stefano il Grande o ballate come la Miorița (sebbene la Miorița sia più una ballata filosofica).
Colindă	Canti natalizi tradizionali, spesso con testi che combinano elementi cristiani e pre-cristiani (pagani).	Eseguiti in gruppo, andando di casa in casa (colindat) durante il periodo natalizio come augurio.	O, ce veste minunată!

È possibile ascoltare esempi di doina nel video realizzato dall'Institut d'ethnographie et de folklore 'Constantin Brăiloiu' (Ministère de la culture et des cultes) per la candidatura sul sito UNESCO qui: <https://ich.unesco.org/en/RL/doina-00192>.

La musica di transizione e moderna rappresenta l'evoluzione della musica popolare, spesso influenzata dalla cultura Rom (Lăutari) e dalla musica pop e orientale.

Ecco una tabella riassuntiva dei generi principali

Genere	Descrizione	Contesto e Pubblico	Note
Muzica Lăutărească	La musica tradizionale dei Lăutari (musicisti Rom itineranti), che sono stati per secoli i professionisti della musica popolare rumena. È estremamente virtuosa e adatta alle feste.	Matrimoni, battesimi, grandi feste. Il repertorio è la spina dorsale della Muzica Populară.	Esempi: Ciocârlia (L'Allodola), un brano virtuosistico per violino o taragot.
Manele	Un genere pop-folk moderno e controverso, nato dall'influenza della musica turca, araba e balcanica. Usa ritmi orientali e tastiere elettroniche.	Clubs, feste private, comunità Rom e balcaniche, camion. È la musica popolare più diffusa, ma meno accettata dall'élite culturale.	Artisti noti includono Florin Salam e Nicolae Guță.
Ethno Pop o muzica populară	Musica pop con forti influenze del folklore rumeno. Spesso utilizza melodie e ritmi tradizionali, ma con strumentazione e produzione moderne.	Radio e televisione.	Artisti che hanno avuto successo internazionale (come Haiducii o Mandinga) spesso attingono a questo stile.

Per quanto riguarda i balli, ne esistono svariati tipi, possiedono una forte caratterizzazione territoriale e spesso sono di difficile categorizzazione a causa

del fatto che le pratiche afferenti a questo genere musicale sono tuttora in trasformazione, poiché le coreografie tradizionali continuano ad essere eseguite in svariate occasioni sociali, anche in epoca contemporanea.

Quello che hanno in comune è che si ballano in gruppo e servono per divertirsi e socializzare sia in occasioni rituali religiose che nelle feste. Sono essenziali per le feste e le celebrazioni (nuntă - matrimonio, horă - festa). Ecco uno schema riassuntivo dei generi principali:

Nome della Danza/Genere	Regione Tipica	Caratteristiche del Ritmo/Formazione	Strumenti Tipici
Hora	Diffusa in tutta la Romania (Valacchia, Moldavia, Transilvania)	Danza in cerchio chiuso o aperto, di ritmo medio. La danza nazionale.	Violino, Cobză, Țambal, Fisarmonica, Cimpoi (cornamusa).
Sârba	Diffusa in tutta la Romania	Danza veloce, vivace, di solito in linea aperta (fila di ballerini che si tengono per mano), con passi energici.	Violino, Fisarmonica.
Brâu	Oltenia, Muntenia, Transilvania	Letteralmente "cintura". Danza maschile, spesso virtuosistica, eseguita in linea o in cerchio. Ritmo veloce.	Cobză, Piffero, Violino.
Joc din Ardeal / Purtata	Transilvania (Ardeal)	Danze molto varie, spesso in coppia (come la Învârtita), caratterizzate da un'alta carica emotiva e passi battuti.	Taragot, Violino, Contra (viola con ponte dritto per l'accompagnamento ritmico).
Ciolgă	Banato	Una danza solenne, simile a una Hora lenta.	Spesso eseguita con il Taragot in primo piano.

Trattandosi di un campo così vasto, qui prenderemo in considerazione tre passi di danze principali: horă, sârba e bătuta, tre tipi di balli menzionati in ordine di difficoltà da Ecaterina Pislariu, presidentessa dell'Associazione Ansamblul Trăistuța, nelle lezioni realizzate nelle classi della primaria Capra-Plasio.

La horă è una danza tradizionale rumena originaria dei territori della Valacchia e della Moldavia che viene tradizionalmente eseguita in occasione di eventi legati al ciclo della vita agricola ed è considerata come uno dei simboli nazionali della Romania. La coreografia consiste in un gruppo di ballerini posizionati in cerchio che si tengono per mano e, procedendo sia in senso orario che antiorario, producono una sequenza continuamente reiterata formata da 4 passi avanti e 4 indietro.

Anche la sârba è una danza tradizionale rumena proveniente dalle zone della Valacchia e della Moldavia, ma differisce dalla horă per il fatto che il ritmo della musica è più accelerato, rendendo la coreografia di più difficile esecuzione; questa, sempre eseguita in cerchio, prevede la reiterazione di una sequenza 4 passi a sinistra + 4 passi a destra, di cui il quarto passo è slanciato in avanti.

Ancor più complicata è l'esecuzione della bătuta, danza tradizionale originaria della zona centrale della Transilvania, che richiede un particolare sforzo fisico poiché i danzatori devono eseguire passi molto veloci, dei salti e devono battere i piedi per terra sottolineando così gli accenti musicali.

Ecco una tabella riassuntiva:

Caratteristica	Hora	Sârba	Bătuta
Origine/ Significato	Il "Ballo del Cerchio". Simbolo di unità e tradizione. È spesso il ballo più solenne o d'apertura.	Il nome deriva probabilmente dal latino serva (serva/schiava), ma è più probabile che sia un adattamento slavo o turco. È un ballo vivace e festoso.	Letteralmente "Battuta" (fare un suono battendo). Si riferisce al battere ritmico dei piedi, molto energico e virtuosistico.
Tempo e Ritmo	Lento o Moderato, Ternario (3/4 o 3/8) o binario (4/4).	Veloce/Molto Veloce, Binario (2/4). È il più rapido e frenetico dei tre.	Veloce, Binario (2/4). Il ritmo è segnato dal forte battito dei piedi.
Formazione Tipica	Cerchio chiuso (o semicerchio) con i ballerini che si tengono per mano o incrociando le braccia.	Linea o semicerchio aperto, con i ballerini che si tengono per mano, per la cintura o per le spalle.	Linea o semicerchio, simile alla Sârba, tenendosi per mano o alla cintura.
Direzione Generale	Movimento circolare in senso antiorario (più comune) o orario.	Movimento laterale (a destra e sinistra) e avanti/indietro rapido.	Movimento laterale e sul posto, con enfasi sui battiti ritmici.
Regione di Diffusione	Tutta la Romania (Moldavia, Muntenia, Transilvania, Oltenia).	Tutta la Romania, ma specialmente nella zona meridionale (Muntenia, Oltenia) e in Moldavia.	Più comune e con varianti molto sviluppate in Moldavia e in Transilvania (dove prende nomi diversi).
Stile	Dignitoso, misurato, armonioso. Un'alternanza tra passi ampi e piccoli.	Energico, frizzante, vivace. Molti piccoli passi veloci.	Virtuosistico, potente, percussivo. Richiede molta resistenza e coordinazione.

Per altre danze rumene, potete guardare lo spettacolo dell'Ansamblul traistuta al Ponchielli disponibile sul loro canale YouTube qui:

<https://www.youtube.com/watch?v=wFhOS-bLMP4>

Per una performance "in funzione" (durante una festa) vedere: <https://www.youtube.com/watch?v=tEMg37akcz8>

Impariamo la Hora!

Si balla in cerchio tenendosi per mano. Simboleggia unione, amicizia e gioia.

I passi sono semplici e tutti possono partecipare, anche chi non sa ballare. È il primo ballo che si impara da bambini.

Il passo base della hora che ci ha insegnato Ecaterina Pislariu è composto da 4 passi in avanti e 4 passi indietro. Il quarto passo e l'ottavo sono leggermente più "pestati". Si parte sempre con il piede sinistro in avanti e torna indietro con il destro.

Conteggio	1	2	3	4	5	6	7	8
	AVANTI				INDIETRO			
Piede	sinistro	destro	sinistro	destro	Destro	sinistro	destro	sinistro

VIDEO 1 – Impariamo la hora con Ecaterina Pislariu

Impariamo la Sârba!

Anche questo ballo viene eseguito in cerchio tenendosi per mano e simboleggia unione, amicizia e gioia. I passi sono semplici e tutti possono partecipare, anche chi non sa ballare.

Il passo base della sârba che ci ha insegnato Ecaterina Pislariu è composto da 4 passi a destra e 4 passi a sinistra. Il quarto passo e l'ottavo sono lanciati in aria. Si parte sempre con il piede sinistro in avanti e torna indietro con il destro.

Conteggio	1	2	3	4	5	6	7	8
	DESTRA				SINISTRA			
Piede	sinistro	destro	sinistro	destro	Destro	sinistro	destro	sinistro
Movimento	tap	tap	tap	slancio	tap	tap	tap	slancio

- VIDEO 2 – Impariamo la sârba con Ecaterina Pislariu
- Se i bambini sono molti si suggerisce di iniziare a memorizzare i passi su due file, per evitare confusione guardando i compagni di fronte!

Impariamo la Brăşoveanca

La Brăşoveanca è una danza tradizionale rumena originaria, o comunque molto popolare, nella zona di Braşov, in Transilvania. È spesso eseguita come danza di gruppo ma come coreografia di coppie. Viene ballata in cerchio chiuso o aperto (spesso in un semicerchio), con i ballerini che si tengono per mano o per le braccia. È allegra e vivace e come molte altre danze tradizionali viene eseguita in occasioni sociali e celebrazioni, come matrimoni e feste popolari.

Sebbene i passi possano variare a seconda della regione o del gruppo che la esegue, le danze come la Brăşoveanca spesso comportano:

Movimento in cerchio: Di solito i ballerini si muovono prevalentemente in senso antiorario.

Passi laterali: Spostamenti veloci e ritmici a sinistra e a destra.

Passi sul posto: Movimenti ritmici sul posto.

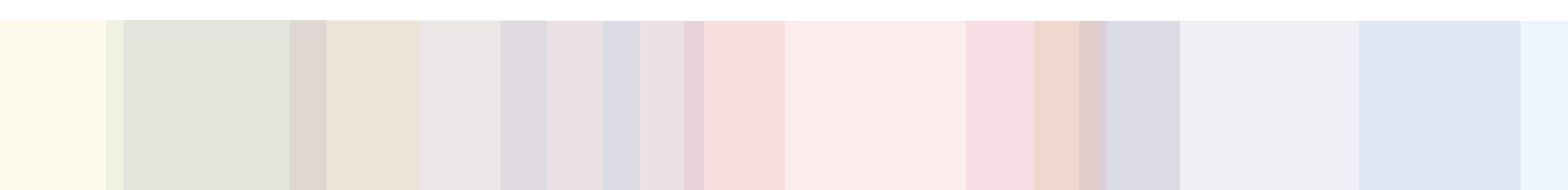
Sequenze ripetute: La danza è composta da sequenze di passi che si ripetono più volte.

Nella versione proposta dall'Ansamblul Traistuta utilizzano i passi base già appresi dalla hora e dalla sârba.

Si dispongono i bambini in coppia su due file e sul posto tenendosi per mano come nel video. Procederanno a ripetere il passo della hora: 4 passi avanti e 4 passi indietro.

Una volta che abbiano sedimentato il coordinamento del movimento di coppia si passerà al passo successivo: la sârba, che prevede 4 passi a sinistra e 4 passi a destra. Questa volta però sarà solo la donna ad eseguirli, mentre l'uomo rimane fermo.

Il passaggio da un passo all'altro è chiaramente segnalato dalla musica che realizza una rapida scala discendente.



Gli abiti tradizionali

Gli abiti tradizionali rumeni (portul popular românesc) sono famosi per la loro ricchezza di ricami, colori e variazioni regionali.

Ne possiamo avere un esempio qui: <https://www.youtube.com/watch?v=iyloBeGCdBw>

Una breve spiegazione dall'ambasciata di Romania in Italia qui: https://www.youtube.com/watch?v=YYLXe_X5jSg

Ecco una tabella che riassume gli elementi principali del costume tradizionale, divisa per capi e genere, seguita da alcune note sulle distinzioni regionali:

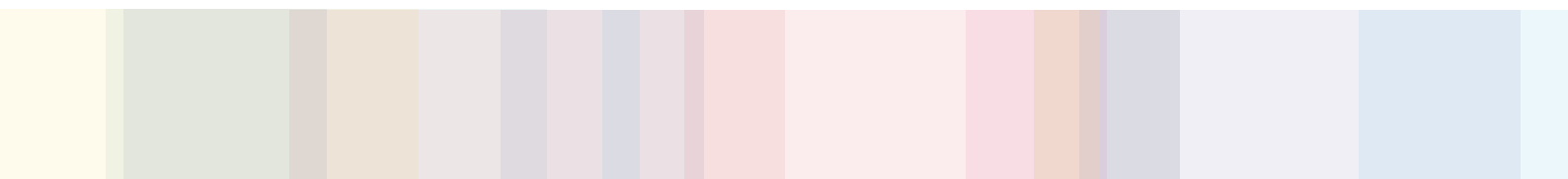
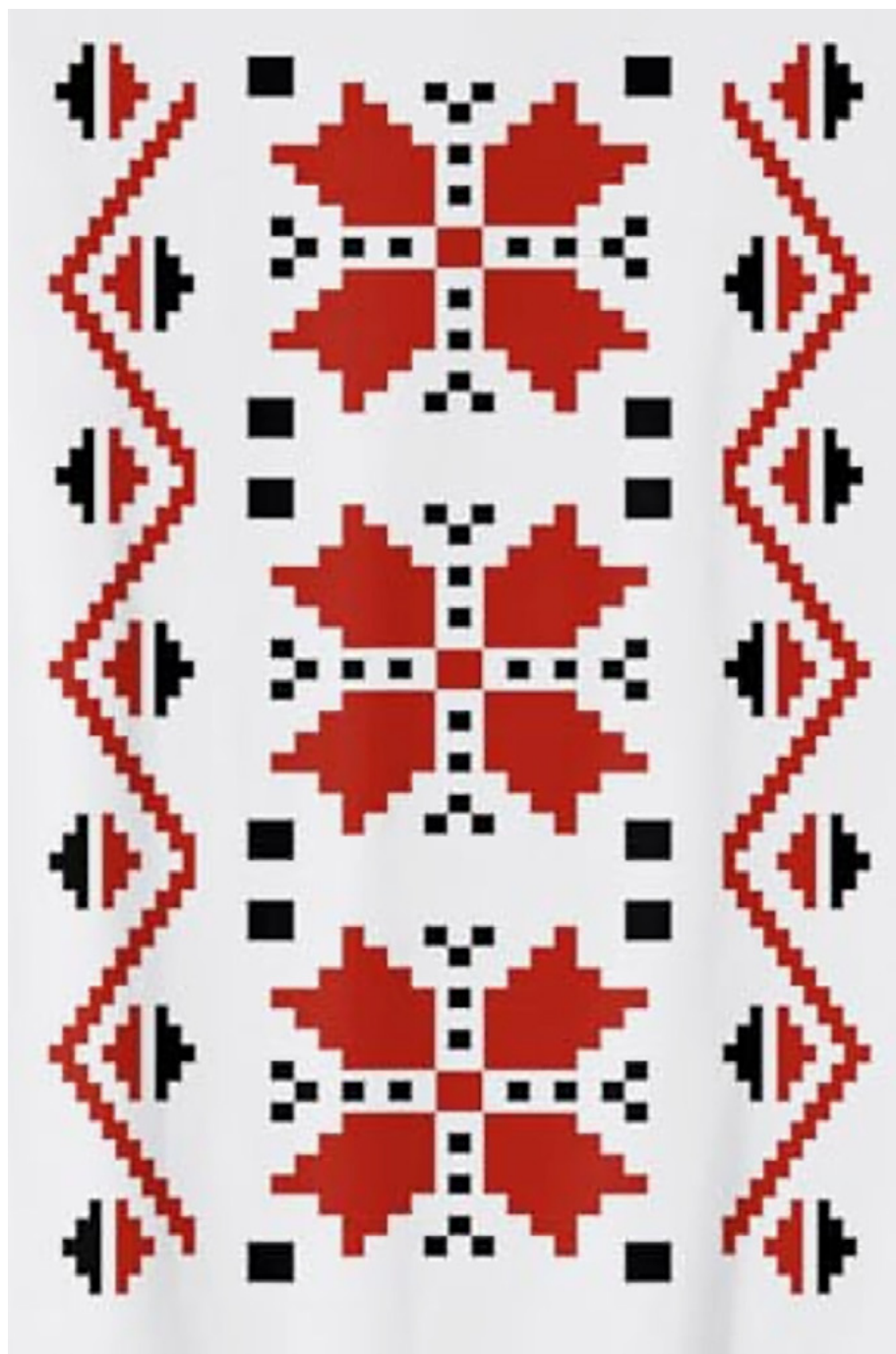
Categoria	Uomo (Bărbat)	Donna (Femeie)	Descrizione Generale
Camicia/Blusa	Cămașă	le (o cămașă)	La le è l'elemento più iconico. Blusa in lino, cotone o seta, ricamata a mano sul petto (altiță), sul collo e sui polsini. La cămașă da uomo è più lunga e diritta.
Pantaloni/ Gonna	Ițari o Cioareci	Catrință o Fota	Gli Ițari sono pantaloni stretti, spesso bianchi. La donna indossa la Catrință o Fota: un grembiule di lana (singolo o doppio) ricamato, che funge da gonna, avvolto sopra una sottoveste di lino.
Gilet/Corpetto	Vesta o Pieptar	Pieptar o Vesta	Gilet o corpetto in pelle o pelliccia (cojoc), spesso decorato con ricami floreali, applicato per il caldo e l'ornamento.
Soprabito	Cojoc (lungo) o Zabun	Cojoc (lungo) o Zabun	Soprabito lungo in pelle di montone o lana grossa. Il Zabun è un cappotto senza maniche.
Cintura/Fascia	Chimir o Brâu	Brâu	Il Brâu è una fascia in lana larga, tessuta in colori vivaci, avvolta più volte in vita. Il Chimir è una cintura in pelle, talvolta con tasche integrate.
Copricapo	Căciulă (inverno) o Pălărie (estate)	Basma (fazzoletto) o Naframă	L'uomo indossa la Căciulă in pelliccia (conica o cilindrica) o un cappello di feltro (Pălărie). La donna sposata copre i capelli con la Basma (fazzoletto) o la Naframă (velo ricamato).
Calzature	Opincă	Opincă	Sandali di pelle semplici, legati alla gamba con lacci in lana (nojite). Oggi sono spesso sostituiti da stivali in cuoio.

Un video esplicativo realizzato dall'Ansamblul Trăistuța è visibile qui:

<https://www.youtube.com/watch?v=BENMx8Cerx8>

Provate a riprodurre i ricami delle camice e delle gonne!

Provate a riprodurre questo disegno geometrico e coloratelo a vostro piacimento



UDA IL SALTARELLO DELLE MARCHE

Introduzione e ascolto

In questa prima fase si procederà a contestualizzare il ballo.

Contestualizzazione geografica e storica:

- Localizzazione geografica: Marche su carta geografica. Cenni culturali sulla regione.
- Breve lezione introduttiva sul saltarello: origini, funzione sociale, significato simbolico.
- Visione di video di esecuzioni di un saltarello marchigiano per individuare i diversi strumenti musicali utilizzati e gli abiti tradizionali delle Marche.

[Vedi oltre, Il saltarello – Contestualizzazione storico-simbolica]

Analisi musicale

Questa fase è dedicata alla comprensione della struttura e degli elementi musicali, in particolare ritmici, del ballo

Riconoscimento di elementi musicali:

- Analisi collettiva dei brani ascoltati: ritmo, strumenti, andamento.
- Focus sulle modalità di esecuzione musicale: launeddas, organetto, voce.
- Utilizzo della scheda per analizzare il brano (ritmo, velocità, strumenti, emozioni).

[Vedi oltre Il saltarello – La musica e gli strumenti]

Volendo si potrà utilizzare ancora l'allegato 2 - Ascolto e analisi musicale]

Attività espressive e motorie

Produzione motoria:

- Riconoscimento degli elementi principali della danza
- Apprendimento dei passi base del saltarello (passi regolari quasi camminati, movimento in cerchio, coordinamento) e gioco ritmico "guida il cerchio"

[Vedi oltre – Il saltarello – Introduzione alla danza]

Approfondimenti interdisciplinari

Storia e Lingua italiana, Tecnologia

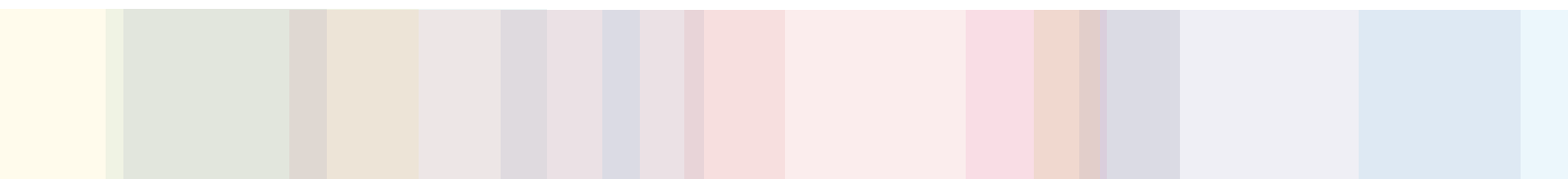
- Storia della danza nell'antica Roma, con realizzazione di un power point
- Il mito della Sibilla Cumana, con realizzazione di un cartellone di classe
- La leggenda della Fata Sibilla, con realizzazione di un cartellone di classe
- Produzione di racconti di gruppo e riflessione di classe

[Vedi oltre – Attività interdisciplinare]

Tecnologia / Arte

- Costruzione del tamburello: sia per un utilizzo nella fase di riconoscimento degli elementi principali della danza, sia per far partecipare scandendo il ritmo del ballo bambini che mostrino una totale indisposizione al ballo o abbiano dei deficit.

[Allegato 5 – Costruzione del tamburello]



Il Saltarello

Contestualizzazione storica e simbolica

Il Saltarello Marchigiano è una delle espressioni più vivaci e significative della musica e della danza popolare del Centro Italia, dato che è diffusa anche in Abruzzo e Lazio. In Abruzzo rappresenta una tradizione ancora molto vitale e ricca di varianti locali, ma unita da un forte sostrato culturale e simbolico.

1. Le Origini Storiche del Saltarello

Le prime attestazioni del Saltarello risalgono ad alcuni manoscritti d'epoca tardo-medievale (XII-XIV secolo), sebbene non sia ancora una "danza da ballo" nel senso moderno. Infatti il termine indica genericamente un passo o una musica dal carattere saltante e vivace, spesso in contrapposizione al passo più misurato e lento. È nel Rinascimento (XV-XVI secolo) che il saltarello raggiunge il suo apice come danza di corte e assume una forma ben codificata, entrando nei manuali di danza europei.

Il Ballo: Il Saltarello del Rinascimento era spesso la seconda parte di una suite di danze. Veniva preceduto da una danza lenta e solenne (come la Basso Danza o la Pavaniglia).

Metro e Struttura: Era rigorosamente in tempo ternario (6/8 o 3/4), con un metro che permetteva i caratteristici salti. La musica era spesso collegata tematicamente alla danza lenta che la precedeva, mantenendo la stessa melodia ma con un ritmo triplo.

Maestri di Danza: Figure come Fabritio Caroso e Cesare Negri, famosi maestri di danza italiani, includevano e descrivevano minuziosamente il Saltarello nei loro trattati, documentandone i passi eleganti, i saltini e le riverenze, dimostrando che era una danza di alta nobiltà.

Man mano che le danze di corte si evolvono in forme come la Giga il Saltarello perde il suo posto nei saloni nobiliari e viene progressivamente abbandonato dalle corti, ma continua a vivere nelle tradizioni popolari e rurali del Centro-Sud Italia, soprattutto nelle regioni montane e isolate come le Marche, l'Abruzzo, il Lazio e l'Umbria. Nelle regioni centrali, il Saltarello si trasforma adattandosi al gusto e agli strumenti locali, creando varianti regionali distinte: il Saltarello Marchigiano, quello Laziale (spesso legato alla ballarella), l'Abruzzese (il Salltariccie), ecc., ognuna con i suoi specifici codici coreografici e strumentali.

2. Le origini mitologiche

Nella tradizione marchigiana, il Saltarello è legato al mito della Regina Sibilla e delle sue fate che danzavano con zoccoli di legno sul Monte Sibilla, trasmettendo il ballo e l'uso del tamburello agli uomini (per approfondimenti, vedere la sezione "attività interdisciplinare", fase 3).

3. La funzione

Come si sarà evinto dalla leggenda ad esso legata, è un ballo di coppia che simboleggia il corteggiamento. Di fatto creava occasione ai giovani di incontrarsi e "conoscersi".

Allo stesso tempo è un ballo rituale, in quanto un tempo segnava tutti i momenti cruciali dell'anno agricolo – soprattutto la mietitura e la vendemmia - e le principali feste religiose, e ovviamente i matrimoni.

Al termine della raccolta del grano (tra giugno e agosto), l'aia si trasformava nel palcoscenico della festa. Il Saltarello era il ballo di ringraziamento e di sfogo per la fine del grande ciclo produttivo.

Le celebrazioni per la raccolta dell'uva e la preparazione del vino erano un altro momento clou. Molti paesi, come Cupramontana (la "capitale del Verdicchio"), continuano a celebrare il Saltarello durante la Sagra dell'Uva.

Video: Gruppo folk Massaccio alla Sagra dell'Uva di Cupramontana

https://www.youtube.com/watch?v=ly-U-1tSi_M&list=RDly-U-1tSi_M&start_radio=1

La musica e il ballo del saltarello marchigiano

1. Caratteristiche musicali

Il Saltarello, il cui nome deriva dal verbo latino saltare, è per definizione una danza dal ritmo vivace e saltellante.

In origine (nel Rinascimento) il saltarello veniva eseguito su un tempo ternario (6/8 o 3/4), nella sua forma popolare marchigiana attuale, invece, è prevalentemente un metro binario, spesso un 4/4, tenuto dalla mano sinistra dell'organetto che crea la base armonica, mentre la mano destra dell'organetto e il tamburello eseguono un ritmo terzinato, spesso eseguito in forma di cromabiscroma, giocando sull'ambiguità ritmica di compresenza di pulsazioni binarie e ternarie.

Questa struttura è perfetta per incitare al ballo e sostenere i ballerini per periodi prolungati.

Le melodie sono brevi, concise e ripetute variate, e si alternano fra loro (tre o più) per segnalare passaggi specifici nella danza.

2. Strumenti Tipici

La combinazione strumentale che definisce il sound del Saltarello Marchigiano è data da un duo simbolico: organetto e tamburello. Ad essi però spesso si uniscono altri strumenti ritmici.

- Organetto: È lo strumento melodico dominante, diffuso capillarmente nelle Marche dopo la nascita dell'industria della fisarmonica a Castelfidardo nella seconda metà dell'Ottocento.
- È lo strumento che conduce, portando la melodia e l'armonia del brano.
- Tamburello Marchigiano: È lo strumento ritmico per eccellenza, fondamentale per scandire l'incalzante pulsazione del ballo. È un tamburo a cornice con inseriti nella cornice numerose coppie di piattini metallici per aumentarne la sonorità.
- Altri Strumenti: A seconda delle zone possono aggiungersi altri strumenti ritmici come castagnette (idiofoni a concussione in legno) o putipù (membranofono a sfregamento, come nell'esempio video suggerito).

Esempio online di riferimento: Lucanero Meo- Saltarello marchigiano della Val Musone <https://www.youtube.com/watch?v=z5ZQJwqsWgQ>

3. La danza

Il Saltarello Marchigiano è una danza di coppia (uomo-donna, ma non mancano versioni uomo-uomo o donna-donna) ed è definita una danza figurata, dove i movimenti e le figure seguono un codice semi-improvvisato ma strutturato.

Il ballo si sviluppa attraverso fasi distinte, che riproducono un ciclo di approccio e allontanamento:

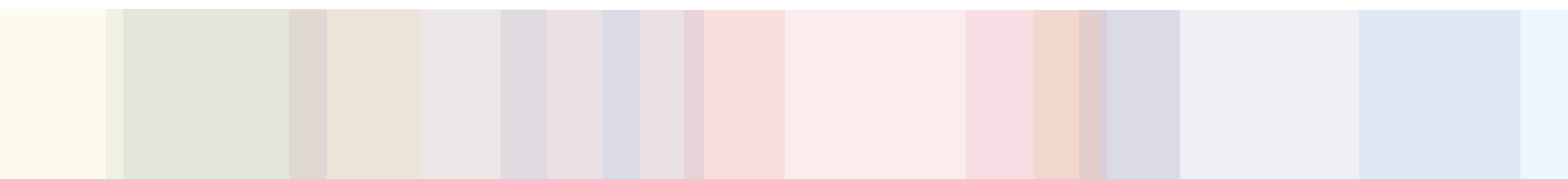
L'Approccio (Passeggiata): La coppia inizia muovendosi in tondo o in linea, camminando o trotterellando con un passo base semplice, spesso accompagnato dal battere delle mani.

Il Corteggiamento (Saltellato): Aumenta il ritmo. I ballerini eseguono il caratteristico saltello sulle punte, con un piede che accenna a toccare il pavimento o a incrociare l'altro. Le figure includono giri veloci su sé stessi (girelle) e passaggi ravvicinati.

L'Inseguimento/Assedio: L'uomo si avvicina alla donna con insistenza, cercando il contatto visivo ravvicinato. I passi diventano più frenetici e i saltelli più alti. La donna risponde con schivate e movimenti laterali eleganti (come il "passo scivolato").

La Coda (o Stacco): La musica accelera ulteriormente fino al culmine. Questo finale è spesso improvviso e si conclude con un inchino o un fermo marcato, che sancisce la fine della prova di corteggiamento.

Per comprendere meglio le diverse parti della danza si suggerisce di rivedere il primo esempio, concentrando l'attenzione sulle diverse fasi messe in atto (fronteggiandosi, tenendosi per mano, tenendosi con un fazzoletto, tenendosi abbracciati) e i relativi passi.



Introduzione alla Danza

Fase 1. Ascolto, analisi e incorporazione del metro e del ritmo

Ascoltare l'accompagnamento musicale del saltarello marchigiano del gruppo folk "La Campagnola" di Civitanova Marche disponibile qui:

<https://www.youtube.com/watch?v=nkL8EYx8pps>. (dal minuto 4'50" al minuto 7'45")

Analizzare la struttura del brano in relazione al rapporto tra i suoni: uguaglianza, somiglianza e diversità.

RIPETIZIONE (uguaglianza/identità),

VARIAZIONE (somiglianza/similitudine),

CONTRASTO (opposizione).

Questi termini sono validi sia per individuare le macrostrutture del brano, con ripetizioni variate di frasi melodico-ritmiche, sia per individuare la sovrapposizione di tempo binario e ternario.

Il significato di questi termini va trasferito su un piano più vicino all'esperienza dei bambini. Per far questo si suggerisce di utilizzare la body percussion e alcuni strumenti di classe (o dei sonagli autocostruiti con riso/bottoni in tubi di cartone/ contenitori di plastica)

Si dividerà la classe in quattro gruppi che proveranno sezioni separate e successivamente in insieme i rispettivi cicli ritmici.

Primo gruppo: ripete sempre la stessa sequenza di battito di piedi in un ostinato ritmico che evidenzi le pulsazioni forti (le dispari) del metro binario del 4/4;

Secondo gruppo: produrre un altro ostinato con le mani che si sovrapponga al precedente con il tempo terzinato;

Terzo gruppo: utilizzando uno strumento eseguiranno tutte le pulsazioni del 4/4.

Quarto gruppo: utilizzando una seconda tipologia di strumento eseguiranno un tempo composto (croma puntata-semicroma) per realizzare una delle articolazioni tipiche del saltarello.

I gruppi si scambieranno il ruolo, finché tutti non avranno appreso le 4 articolazioni ritmiche

PARTITURA RITMICA

Passaggio grafico: rappresentare con una simbologia non convenzionale

Primo gruppo Ostinato 1	* *	* *	* *	* *
Secondo gruppo Ostinato 2	^ ^ ^ ^ ^ ^	^ ^ ^ ^ ^ ^	^ ^ ^ ^ ^ ^	^ ^ ^ ^ ^ ^
Terzo gruppo Ostinato 3	@ @ @ @	@ @ @ @	@ @ @ @	@ @ @ @
Quarto gruppo Ostinato 4	X x X x	X x X x	X x X x	X x X x

Legenda

* = piedi

^ = mani

@ = strumento 1

X = strumento 2

Fase 2. Avviamento alla danza

Passaggio alla danza attraverso una libera interpretazione.

Ascoltare nuovamente il brano senza video, e chiedere ai bambini di realizzare una associazione spontanea di movimenti diversi (musica percepita attraverso il corpo in uno spazio e in un tempo) alle parti del brano individuate.

Confronto e riflessione su analogie e differenze tra le diverse forme espressive date alla musica attraverso il corpo dai bambini. Sarà utile ricercare la corrispondenza tra gesti e musica e dare particolare attenzione al rapporto tra ampiezza dei movimenti e durata del suono, tra energia fisica e intensità sonora, tra stato di attesa e pausa.

Fase 3. Verso il saltarello

Visione della coreografia presentata nel video precedentemente presentato solo in audio. Osservando i passi dei piedi degli uomini (a prescindere dalle coreografie) in relazione alle pulsazioni incorporate nell'esercizio della fase 1.

Il Salterello è caratterizzato da salti, passi veloci e alternati, che sono il cuore pulsante della danza. I movimenti dei piedi devono seguire il ritmo musicale.

Passo base è un piccolo "saltello" che viene eseguito alternativamente con i piedi.

Si proseguirà a visionare lo stesso video (Gruppo Folk "La Campagnola" Civitanova Marche <https://www.youtube.com/watch?v=nkL8EYx8pps>) dal minuto 7'50" fino al minuto 13'44"

Si noterà che la musica è cambiata, diventando praticamente un 6/8 che alterna

figurazioni terzinate e tempi puntati. Il passo di danza rimane sempre lo stesso, in coincidenza con il tempo puntato.

A cambiare sono diverse figurazioni coreografiche, ideate dal gruppo folklorico per costruire il loro spettacolo.

Movimento circolare: Molto spesso, i partecipanti si muovono in cerchio, creando un'energia collettiva che unisce tutti. Questo movimento circolare può essere visto come una metafora di ciclicità e unità, simbolizzando la connessione tra i membri del gruppo e l'integrazione con la comunità.

In altri momenti i gesti sembrano essere parte di un gioco di corteggiamento, dove i ballerini si avvicinano, si separano e si riconnettono attraverso passi che simboleggiano l'interesse reciproco. In questi casi, la gestualità diventa un modo per esplorare relazioni sociali e comportamenti attraverso il movimento.

Passare al minuto 17'25, dove il gruppo invita gli astanti a partecipare al ballo, creando una coreografia più semplice. Individuare con i bambini gli elementi coreutici presentati nel ballo:

- camminare in cerchio a coppie prima verso destra poi verso sinistra
- camminare in cerchio chiuso tenendosi per mano prima verso destra, poi verso sinistra
- realizzare due cerchi concentrici separando uomini e donne e camminare in cerchio in senso inverso
- movimento sinuoso di un cerchio aperto (come un serpente)

Si noterà che al passo sul tempo puntato alle volte si alterna un passo più semplice binario.

Fase 4. Realizzazione

Si procederà a memorizzare autonomamente il passo binario e puntato.

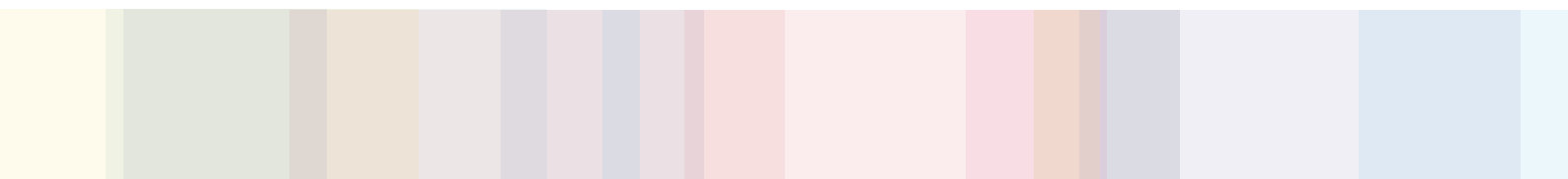
Si sceglieranno delle figurazioni ritmiche più semplici (cerchio, file) e si procederà a realizzarle per simulare la formazione del Saltarello e sviluppare la sincronizzazione dei movimenti.

Andrà curata la gestione della distanza e della vicinanza tra i ballerini e il coordinamento dei movimenti delle mani e dei piedi, che devono essere sincronizzati con quelli degli altri partecipanti. Questo tipo di interazione insegna ai bambini a rispettare lo spazio altrui e a lavorare in armonia con gli altri, a concentrarsi sulla precisione dei gesti e a comprendere come ogni movimento contribuisca all'armonia complessiva.

Creare sequenze gestuali: I bambini possono essere invitati a inventare i propri movimenti o a modificare quelli tradizionali, creando una sequenza gestuale che sentono più adatta alla loro realtà. L'importante è mantenere un passo saltellato e alternare sequenze diversificate.

Questa attività stimola la loro creatività e li aiuta a capire il valore del movimento come forma di espressione.

Come esemplificazione, potete vedere il file della realizzazione della classe VB della Capra Plasio che vi abbiamo messo a disposizione.



Attività interdisciplinare Storia e Lingua italiana

Obiettivo dell'attività:

1. Approfondire la storia della danza nell'antica Roma, in particolare il concetto di "saltatio" e il suo significato culturale.
2. Esplorare il mito della Sibilla Cumana come esempio di antico mito
3. Esplorare la leggenda della Fata Sibilla come esempio di tradizione popolare
4. Sviluppare competenze linguistiche e narrative in italiano, stimolando la scrittura creativa e l'analisi critica.

Struttura dell'attività

Fase 1: La "saltatio" nell'antica Roma

Spiegare brevemente cos'era la saltatio e inserirla nel contesto storico, sottolineando l'importanza della danza nelle feste e nei rituali romani.

Contenuti principali:

- La danza era un elemento importante nella cultura romana, praticata sia nelle cerimonie religiose che nelle manifestazioni pubbliche e nei banchetti.
- La saltatio era una danza acrobatica e vivace, spesso accompagnata dalla musica e praticata dai giovani. Era associata anche ai giochi pubblici (come i ludi).
- Riferimento a figure come i *saltatores*, che erano esperti danzatori, e l'uso della danza per intrattenere l'aristocrazia e il popolo.

Domande per stimolare la discussione:

- Quali erano le funzioni della danza nell'antica Roma? (rituali religiosi, intrattenimento, celebrazioni pubbliche)
- Che tipo di movimenti caratterizzavano la saltatio?
- Come immaginate un'esibizione di danza nell'antica Roma?

A conclusione dell'attività si potrà realizzare con gli alunni tutti insieme o divisi in gruppi un power point riassuntivo di quanto appreso.

Testi/ video sulla danza nell'antica Roma:

- <https://prezi.com/p/1hs1bvn0dktw/la-danza-nellantica-roma/>
- <https://youtu.be/fOtVnLWiWQc>
- <https://youtu.be/xmgMzpzDFhs>

Fase 2. La Sibilla Cumana:

Introduzione: la Sibilla Cumana, un personaggio mitologico della tradizione romana, famosa per la sua profezia e il suo legame con il mondo sotterraneo.

Parlare della sua fama come oracolo e della sua capacità di predire il futuro.

Contenuti principali:

- La Sibilla è una figura leggendaria, spesso associata a luoghi come il Tempio di Apollo a Cuma, che aveva il dono della profezia.
- La leggenda della Sibilla di Cuma racconta che lei avrebbe chiesto a Apollo di vivere per un lungo periodo di tempo, ma, rifiutando la sua proposta di amore, finì per invecchiare senza mai morire, rimanendo una figura di sapienza.
- La Fata Sibilla è stata anche un tema di ispirazione per la letteratura medievale e moderna, e la sua figura si mescola tra mito e tradizione popolare.

Domande per stimolare la discussione:

Che cosa simboleggia la figura della Sibilla nella mitologia romana?

In che modo la Sibilla è legata alla tradizione popolare italiana?

Perché le storie della Sibilla sono ancora raccontate oggi?

A conclusione dell'attività si potrà realizzare delle illustrazioni o un cartellone murale

Testi/ video sulla Sibilla di Cuma:

- <https://www.scienzaoggi.net/2013/01/21/le-sibille-italiche-chi-era-la-sibilla-cumana/>
- <https://youtu.be/Gv2TaRmatf4>
- <https://youtu.be/xHcWgLoyTVo>

Fase 3. La fata Sibilla

Introduzione alla leggenda della Fata Sibilla nelle Marche e il suo legame con il territorio.

Contenuti principali:

- La Fata Sibilla è una figura leggendaria che, nelle tradizioni popolari marchigiane, è legata principalmente al monte Sibilla, che si trova nell'Appennino centrale, in provincia di Ascoli Piceno.
- La leggenda racconta che la Sibilla viveva in una grotta nel monte, dove profetizzava e custodiva tesori nascosti. Il suo personaggio è entrato nella tradizione popolare e nella letteratura, rimanendo simbolo di mistero e saggezza.
- Il monte Sibilla è un luogo di grande suggestione anche per la sua posizione isolata e per le storie che ruotano attorno a esso, creando un legame tra il paesaggio e la mitologia.

La leggenda:

Si tratta di una leggenda tramandata oralmente per secoli da pastori, contadini e montanari della zona. Tuttavia, ci sono fonti letterarie importanti del Medioevo e

del Rinascimento che hanno fissato la figura della Sibilla in quel luogo, rendendo plausibile l'associazione con le tradizioni locali:

Antoine de la Sale (*Le Paradis de la Reine Sibylle*, 1420): Questo manoscritto medievale (e il poema cavalleresco *Il Guerrin Meschino* di Andrea da Barberino, fine XIV sec.) descrivono il regno sotterraneo e incantato della Sibilla all'interno della montagna.

Questi testi hanno creato l'immaginario per la successiva leggenda popolare che si è sviluppata:

- Le fate e la danza notturna: La leggenda popolare afferma che la Sibilla vive in una grotta magica sulla vetta del Monte Sibilla, circondata dalle sue ancelle, note come Fate Sibilline.
- la discesa a valle: Nelle notti di luna piena (o nei giorni di festa), queste fate scendevano dalla montagna verso i villaggi per danzare il saltarello con giovani pastori e contadini.
- I segreti del saltarello: Secondo alcune versioni, furono proprio le fate a insegnare agli uomini il Saltarello, trasmettendo loro non solo la danza, ma anche il modo di costruire lo strumento ritmico fondamentale: il tamburello a sonagli (spesso fatto con pelle di capra, richiamando la natura "caprina" delle Fate).

Un elemento cruciale e distintivo delle Fate Sibilline è il loro aspetto: erano bellissime donne, ma dovevano nascondere i loro piedi caprini (simbolo del loro retaggio pagano o demoniaco, a seconda delle versioni) calzando degli zoccoli di legno di fico

Questo mito non è solo una bella storia; ha un profondo significato culturale per le Marche: collega il saltarello (il ballo fondamentale della regione) a un'origine sovrannaturale e magica, elevandolo da semplice divertimento a rito. La danza è vista come un'occasione di incontro pericoloso tra il mondo umano e quello fatato. Chi danzava con una fata correva il rischio di essere infatato, ovvero rapito per sempre nel regno della Sibilla. Ciò simboleggia il potere seduttivo ed erotico del ballo che, se non controllato, può portare alla "perdita" (il riferimento al Saltarello come danza di corteggiamento è forte). Il mito rafforza l'idea che la musica ritmica e la danza (il tamburello e il Saltarello) siano stati un dono o un'invenzione legata all'energia femminile e alla natura (la Sibilla e le sue Fate).

Domande per stimolare la discussione:

- Quali sono gli elementi principali della leggenda della Fata Sibilla nelle Marche?
- In che modo il monte Sibilla è legato alla tradizione popolare della regione?
- Che tipo di potere o conoscenza si attribuiva alla Sibilla nella leggenda?

A conclusione dell'attività si potrà realizzare delle illustrazioni o un cartellone murale

Testi/video sulla leggenda della Fata Sibilla nelle Marche

- <https://youtu.be/TZPnWyd9Jgo>
- <https://youtu.be/nnOxnb-l6nk>

Testi sulla danza del Saltarello (video, descrizioni storiche, canzoni tradizionali)

- https://youtu.be/JVQaVMx_AXs
- <https://youtu.be/fNottMos1Sg>

Fase 4. Discussione linguistica e produzione scritta

Analizzare il linguaggio utilizzato nelle leggende e il modo in cui viene costruita la narrazione popolare. Parlare del linguaggio evocativo delle leggende.

Attività di scrittura creativa:

Gli studenti, divisi in gruppi, devono scrivere un breve racconto o una scena sulla Sibilla Cumana o sulla fata Sibilla.

Nel primo caso:

- dovranno immaginare un racconto in cui la **fata Sibilla** interagisce con un danzatore che esegue una saltatio.
- Il racconto deve essere ambientato nell'antica Roma, in un contesto festivo o rituale.
- dovranno integrare nella narrazione elementi leggendari (come la profezia della Sibilla) e storici (ad esempio, dettagli sui costumi e i luoghi di ritrovo di Roma antica).
- si potrebbe anche lavorare sull'inserimento di elementi poetici, come le metafore e/o simbolici legati alla danza e alla Sibilla, per arricchire la narrazione.

Nel secondo caso:

- il breve racconto sarà incentrato su un incontro tra la fata Sibilla (o le fate) e un gruppo di danzatori che eseguono il Saltarello.
- La scena si svolge in una festa tradizionale nel cuore delle Marche, dove la Sibilla appare per assistere alla danza e pronunciare una profezia.
- Ogni gruppo deve includere nella narrazione dettagli sulla danza del Saltarello, sul paesaggio delle Marche, e sui personaggi che potrebbero essere coinvolti nella storia (ad esempio, pastori, contadini, anziani saggi, giovani danzatori).

Una volta conclusa la costruzione del racconto, ogni gruppo lo presenterà agli altri compagni e successivamente si procederà a un'analisi collettiva del linguaggio usato: si discuterà sulle scelte stilistiche, sull'uso di dialoghi o monologhi, e sull'efficacia della narrazione.

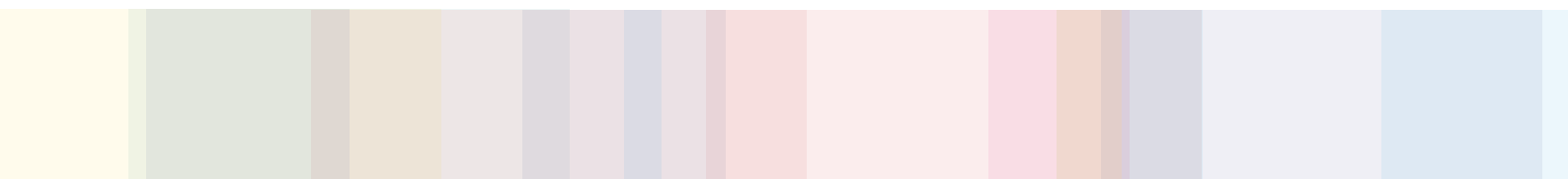
Concludere l'attività con una **discussione di gruppo** che porti la classe a condurre una riflessione generale sull'importanza della danza e della leggenda nella cultura romana e sul valore della narrazione popolare.

Domande per la discussione:

- Che cosa vi ha colpito della figura delle Sibille? E dei balli?
- In che modo pensate che le tradizioni culturali, come la danza e le leggende, possano influenzare la nostra vita oggi?

Condivisione delle impressioni

Sarebbe interessante lasciare ai bambini il tempo di condividere le loro impressioni sulla scrittura, evidenziando le difficoltà incontrate e gli aspetti che hanno trovato più interessanti.



UDA IL BALLO SARDO: SU DILLU

Introduzione e ascolto

In questa prima fase si procederà a contestualizzare il ballo.

Contestualizzazione geografica e storica:

- Localizzazione geografica: Sardegna su carta geografica. Cenni culturali sull'isola.
- Discussione collettiva: "Cosa sai della Sardegna e dei suoi balli?"
- Breve lezione introduttiva sulle danze sarde e sul dillu: origini, funzione sociale, significato simbolico.
- Visione di video di esecuzioni di Su dillu per individuare i diversi strumenti musicali utilizzati, i diversi costumi e apprezzare le diverse versioni esecutive.

[Vedi oltre, Su dillu – Contestualizzazione storico-simbolica]

Analisi musicale

Questa fase è dedicata alla comprensione della struttura e degli elementi musicali, in particolare ritmici, del ballo su dillu.

Riconoscimento di elementi musicali:

- Analisi collettiva dei brani ascoltati: ritmo, strumenti, andamento.
- Focus sulle modalità di esecuzione musicale: launeddas, organetto, voce.
- Utilizzo della scheda per analizzare il brano (ritmo, velocità, strumenti, emozioni).

[Allegato 2 - Scheda di ascolto e analisi musicale]

Attività espressive e motorie

Produzione motoria:

- Apprendimento dei passi base del Su dillu (movimento in cerchio, passi regolari, coordinamento) e gioco ritmico "guida il cerchio"

[Vedi oltre – Impariamo su dillu]

Produzione grafico-artistica:

- Realizzazione di accessori ispirati ai costumi tradizionali (foulard, cinture colorate).

[Allegato 3 – Gli abiti tradizionali]

- Disegno e composizione di una scena illustrata della danza sarda.

Approfondimenti interdisciplinari

Educazione civica e storia:

- Discussione su come il ballo fosse strumento di unione, festa, identità locale.
- Riflessione su valori come collaborazione, rispetto, condivisione, espressi nella danza.
- Breve ricerca: altri balli popolari italiani e confronto con il Su dillu.

[Allegato 4 – Storia ed educazione civica]

Lettura e scrittura:

- Lettura di racconti popolari sardi o leggende legate al mondo agropastorale.
- Si suggeriscono da Fiabe italiane raccolte e trascritte da Italo Calvino: L'erba dei leoni (Nurra); Il convento di monache e il convento di frati (Nurra); La potenza della felce maschio (Gallura); Sant'Antonio dà il fuoco agli uomini (Logudoro)
- Scrittura creativa: racconto immaginario ispirato alla danza (es. un ragazzo sardo che partecipa a una festa di paese).

[Vedi oltre – Una danza nel cuore della Sardegna]

Tecnologia / Arte

- Realizzazione di un cartellone finale: "Il nostro viaggio nel Su dillu".
- Costruzione del tamburello: sia per un utilizzo nella fase 1, sia per un utilizzo durante l'apprendimento. Nel caso qualche bambino mostrasse una totale indisposizione al ballo o ci fosse in classe un bambino con difficoltà di apprendimento o disabilità, potrebbe comunque partecipare scandendo il ritmo del ballo.

[Allegato 5 – Costruzione del tamburello]

3. Prodotto finale

La fase conclusiva prevede la valorizzazione e la condivisione dei risultati del percorso attraverso un'esibizione collettiva in altra classe o a un evento scolastico, mostrando sia il cartellone (se realizzato) sia il ballo.

SU DILLU

Contestualizzazione storico-simbolica

Il ballo sardo

Il ballo sardo, noto nella sua accezione più diffusa come “su ballu sardu” o “ballu tundu” (ballo tondo), è un profondo linguaggio del corpo e del suono che affonda le sue radici nella preistoria dell’isola. Rappresenta uno degli elementi più vitali e coesi dell’identità culturale sarda.

Origine e Storia

Come per molti balli, le origini del ballo sardo si perdono nella notte dei tempi, probabilmente a scopi rituali e propiziatori.

Ancora oggi, in molte feste paesane, la danza si svolge attorno a fuochi rituali (come per la festa di Sant’Antonio Abate, *Sant’Antōi de su fogu*), mantenendo una dimensione che è insieme pagana e spirituale. La figura fondamentale del ballo sardo, il cerchio, è considerata un archetipo che simboleggia l’unione, il sole, il ciclo della vita e la protezione.¹

Nel corso dei secoli, il ballo si è evoluto, arricchendosi di varianti locali, ma ha mantenuto salda la sua funzione aggregativa e la sua struttura di base.

Elementi Costitutivi del Ballo Sardo

Il ballo sardo si basa su un sistema codificato ma flessibile, tramandato oralmente e profondamente legato al ritmo della musica.

1. La coreografia e la struttura

La forma coreografica dominante è il ballo tondo (*su ballu tundu*), in cui i partecipanti (*balladores*) si dispongono in cerchio, tenendosi per mano (“a manu tenta”) o per le braccia.

- **Vettore Direzionale:** La rotazione del cerchio avviene in senso solare (orario), rafforzando il simbolismo cosmico e propiziatorio.
- **Movimento di Base (*Drinnire*):** Il movimento fondamentale è un particolare assecondamento ritmico sussultorio che coinvolge soprattutto il tronco e che conferisce alla danza la sua inconfondibile vibrazione. La parte superiore del corpo, tuttavia, è mantenuta generalmente composta e rigida, mentre gambe e piedi lavorano sul ritmo.

¹ Su questo si veda anche la scheda 8 su musiche e feste calendariali.

2. Le due famiglie di danze

La maggior parte dei balli si suddivide in due categorie principali:

- Danze monostrutturate (o *Seriu*): Di origine più antica, hanno un andamento ritmico omogeneo e pacato (es. *su ballu seriu*, *su passu torrau*).
- Danze bistrutturate (o *Lestra*): Formate da una parte lenta (*sa seria* o *su passu*) e una più vivace e acrobatica (*sa lestra* o *brincada*), che prevedono salti, battute di piedi (*puntadas*) e improvvise accelerazioni. Ne fanno parte *sa dantza*, *su ballu brincadu* e, *su dillu*.

3. L'Accompagnamento Musicale

L'armonia tra musicisti e ballerini è fondamentale. Le musiche sono costruite su cellule melodico-ritmiche che vengono ripetute costantemente variate seguendo regole rigorose che consentono ai ballerini di orientarsi nelle diverse fasi del ballo.

Gli strumenti tradizionali utilizzati sono:

- Le launeddas: clarinetto triplo, tipico del Sud Sardegna.
- Il canto a tenore: canto polivocale a quattro voci tipico della Sardegna
- L'organetto diatonico e la fisarmonica: strumenti più moderni ma ormai parte integrante della tradizione, soprattutto nella Barbagia e nel Campidano.

Funzione sociale e simbolica del ballo sardo

Il ballo sardo trascende l'idea di mero spettacolo e si afferma come un rito comunitario essenziale per la coesione sociale, come approfondito nella tabella sottostante.

Funzione Sociale	Significato Simbolico
Aggregazione: Riunisce tutti i membri della comunità — dagli anziani ai bambini, uomini e donne — in un'unica esperienza condivisa. È un momento di "sa vidda est in festa" (il paese è in festa), dove le differenze sociali si annullano nel cerchio.	Ciclicità e unione: Il cerchio simboleggia l'armonia, l'eternità, il Sole e la coesione del gruppo. La mano stretta (<i>a manu tenta</i>) rappresenta il legame indissolubile e l'eguaglianza tra i partecipanti.
Identità culturale: È un potente valore identitario, praticato per puro divertimento e come espressione d'amore e appartenenza alla propria terra, specie per gli emigrati sardi.	Catarsi e vitalità: L'intensità ritmica e i movimenti vibranti (come in <i>su dillu</i>) svolgono una funzione catartica e terapeutica, liberando le tensioni e celebrando la forza vitale inarrestabile della comunità sarda.
Corteggiamento: Storicamente, in un contesto sociale rigido, il ballo rappresentava uno dei pochi momenti di sobrietà in cui un giovane poteva avvicinare o entrare in contatto con una fanciulla, potendo portare in alcuni casi a un'unione.	Legame terra-comunità: Il passo, cadenzato e scandito, segna un dialogo ritmico con la terra, richiamando le antiche danze propiziatorie e della fertilità.

2 È stato riconosciuto nel 2008 come patrimonio immateriale dell'umanità dall'UNESCO. Trovate tutto qui: <https://ich.unesco.org/en/RL/canto-a-tenore-sardinian-pastoral-songs-00165>

“Su Dillu”: Un ballo lento e veloce

Su Dillu è uno dei balli sardi più conosciuti, originario in particolare della regione storica del Goceano, ma diffuso in diverse varianti nell'isola (ad esempio, a Ollolai è chiamato *bikkiri*). Appartiene alla famiglia delle danze bistrutturate (*lestra*), caratterizzandosi per il suo ritmo allegro e vibrato.

Su Dillu è caratterizzato dall'alternanza di due fasi, una lenta e una veloce:

- Nella prima i ballerini eseguono due passi che alternano piede sinistro e piede destro
- Nella seconda si aggiunge il salto: lo stesso passo alternato si dimezza perché quando si passa da un piede all'altro si salta.

Il passaggio dalla fase lenta alla fase veloce è marcato dagli strumenti musicali che lo preannunciano, consentendo ai ballerini di rimanere sincronizzati.

Cfr. video online “Ballamus nois ca sos ballos sunt sos nostros” (<https://youtu.be/tsWAeop-4Hg>)

Per la contestualizzazione regionale:

- Balli sardi Coro Ortobene. Sul sito www.ortobene.it trovate indicazioni puntuali su diversi balli sardi e sui loro costumi: https://www.ortobene.it/sezione_8.htm
- Su Dillu – TENORES DI OROSEI ANTONI MILIA. Il ballo non si vede, ma il video presenta il contesto regionale molto bene, facendo anche riferimento al fuoco. Mostra bene i tenores, volendo approfondire questo aspetto: <https://youtu.be/Zrj4pCC8uZE>

Per confrontare versioni simili di *dillu* in due diversi paesi:

- Su dillu Gruppo folk Ortboene di Nuoro (due versioni):
 - <https://www.youtube.com/watch?v=oSrMxz3mlWY;>
 - <https://youtu.be/8Wwfx5l6Mgg>
- Su Dillu Gruppo Folk Santu Jacu di Orosei:
 - <https://www.youtube.com/watch?v=YsXDHXlzD1g>

Su dillu fuori dalla tradizione

- Maria Carta, una delle voci più rappresentative della musica sarda, ha interpretato il canto tradizionale *Dillu* nell'album “Ave Maria” del 1975: <https://www.youtube.com/watch?v=ViWtHXsLtOw>
- Ripresa della versione del brano presentato da Maria Carta nel 1972, accompagnata da chitarra, launeddas e organetto e permette di esplorare sonorità della musica dell'isola. Rai Sardegna, “Flores pro una ‘oghe”, omaggio a MARIA CARTA: <https://www.raiplay.it/video/2024/06/Flores-pro-una-oghe-p1-69d1d94e-7ab0-42ee-8250-68f2cff60f2a.html>

Impariamo su dillu

Obiettivo del gioco

- Imparare e interiorizzare i passi autentici della danza su dillu
- Coordinarsi in cerchio con ritmo e postura corretti
- Sperimentare il ruolo di guida nel cerchio danzante

FASE 1: "Sentire il ritmo"

Il gruppo ascolta il brano di danza su dillu e l'insegnante batte il ritmo con mani o tamburo per evidenziarne il ritmo.

Il gruppo visualizza i video di spiegazione forniti [allegati multimediali 1, 2] e prova a incorporare i passi: tutti marciano sul posto seguendo il tempo.

FASE 2: "Imparo il passo base"

Il conduttore insegna il passo base tradizionale seguendo quanto realizzato in classe, visibile nell'allegato multimediale 3.

Si prova il ballo in fila, singoli o a coppie, poi in semicerchio, infine in cerchio completo.

Il gruppo danza insieme per 2-3 minuti, guidato dal conduttore che dà un segnale con un battito del piede.

FASE 3: "Guida il cerchio"

Ogni partecipante, a turno, diventa capo fila (capo cerchio) e guida il gruppo nell'alternare il passo base e il passo saltato.

REGOLE:

- Il "capo cerchio" si mette alla destra del cerchio (è il punto di partenza).
- Conduce il passo base per una sequenza (es. 4 frasi musicali).
- Tutti devono seguire il suo ritmo, senza parlare, ascoltando solo la musica e "sentendo" la guida.
- Dopo il turno, il capo si sposta in fondo, e il successivo prende la guida.
- Se la guida è sicura, può inserire una piccola variazione: un cambio di direzione, un accento saltato in più, una pausa ritmica.
- Nessuna variazione deve alterare il passo base tradizionale.

Per imparare a ballare: video tutorial di ballo sardo

- Ballamus nois ca sos ballos sunt sos nostros. Un video che mostra i passi di *Su Dillu* eseguiti da un gruppo di ballerini, utile per osservare e imitare i movimenti: <https://youtu.be/tsWAeop-4Hg>

Una danza nel cuore della Sardegna

Obiettivo: stimolare immaginazione, osservazione e collegamento con la cultura locale.

Istruzioni per gli alunni:

- Immagina di essere un bambino o una bambina che vive a Bolotana durante una festa tradizionale.
- La musica suona: è il ritmo di Su Dillu.
- Racconta cosa vedi, senti e provi:

Suggerimenti per la scrittura:

COSA DEVI FARE:

Osserva attentamente ciò che ti circonda.

Rispondi alle domande e scrivi quello che provi.

COSA VEDI ?

1. Persone che ballano: _____
2. Costumi tradizionali (colori, forme, accessori): _____
3. Decorazioni della piazza o del paese: _____

COSA SENTI?

1. Musica e strumenti (tamburello, fisarmonica, chitarra...): _____
2. Battiti dei piedi, mani che battono: _____
3. Voci delle persone, canti o chiacchiere: _____

COSA PROVI?

1. Emozioni mentre osservi o partecipi al ballo: _____
2. Descrivi il movimento del corpo o dei passi che senti: _____
3. Qualche ricordo o sensazione particolare: _____

Disegna o colora (facoltativo)

Puoi disegnare un costume, uno strumento musicale o la piazza della festa.

Link di riferimento

https://www.coloratutto.it/disegni_colora_la_sardegna/index_2.htm

https://coloringpagesonly.com/it/pages/traditional-costumes-coloring-pages?utm_source=chatgpt.com

https://www.sardegnaadigitallibrary.it/detail/6499bc73e487374c8f808da3?utm_source=chatgpt.com