

# CAPOEIRA

## alla Scuola Primaria di Ponte Nossa

### come strumento di inclusione sociale

### per gli alunni delle classi 2<sup>A</sup>3<sup>A</sup>4<sup>A</sup>5<sup>A</sup>

Musica e movimento, danza e lotta...libertà ed equilibrio.



Nell'incontro con la Capoeira i movimenti sono un gioco di immaginazione e la musica un viaggio divertente.

Sembra facile ma in realtà non lo è: occorre saper coniugare esercizio fisico e canto, ritmo e melodia provando e riprovando.



I bambini riscoprono la propria energia e la relazione con gli altri: sperimentando la libertà della danza e la costrizione della lotta imparano ad instaurare un dialogo e non un conflitto.



Nella Capoeira il gruppo è una delle unità fondamentali, in strettissima relazione con l'esperienza del singolo: i canti e le acrobazie sono potenti stimoli sensoriali, emotivi e cognitivi che catapultano in una dimensione che fa della differenza una risorsa.

### **CAPOEIRA un'occasione per crescere.**

Con la Capoeira vincere e perdere hanno significati nuovi.





«CAPOEIRA è l'arte dell'incontro!»

