



DREAM JOBS TECH

**PLAYSPORT | IL LINGUAGGIO DEL CORPO E DELLA VOCE NELLO SPORT E
NEL TEATRO**

2025 12 TECH

Coordinatore: ALESSANDRA SILVESTRI

PLAYSPORT| IL LINGUAGGIO DEL CORPO E DELLA VOCE NELLO SPORT E NEL TEATRO

2025 12 TECH

PROPOSTA PROGRAMMA RESIDENZIALE

TOTALE ORE: **n. 24 ore** di Orientamento all'industria sportiva precedute da **n. 6 ore** di lavoro propedeutico online o in aula in preparazione dell'attività esperienziale.

Introduzione

Anche se in maniera non esclusiva, questo progetto formativo è rivolto a studenti appassionati di linguaggi espressivi, videomaking, arti sceniche e sport, desiderosi di esplorare le connessioni innovative tra il linguaggio teatrale e la pratica sportiva. L'obiettivo principale è stimolare la creatività, la comunicazione e la consapevolezza corporea, guidando gli studenti nella scoperta del corpo come strumento espressivo e della voce come veicolo di emozione e narrazione.

Attraverso un approccio esperienziale e interdisciplinare, il progetto mira a fornire una base teorico-pratica che permetta agli studenti di acquisire competenze comunicative, creative e relazionali utili in contesti diversi. Partecipare a questo percorso non significa solo apprendere tecniche teatrali, ma anche imparare a trasferire i linguaggi dell'arte scenica al mondo dello sport, sviluppando capacità trasversali e visione innovativa. Al termine del percorso, gli studenti avranno:

- **Una Visione Strategica:** Gli studenti acquisiranno una comprensione profonda di come teatro e sport possano dialogare come linguaggi espressivi, creando nuove forme di narrazione e comunicazione.
- **Competenze Pratiche e Innovative:** Svilupperanno capacità di espressione corporea e vocale, di improvvisazione e public speaking, trasformando il gesto atletico in gesto narrativo e acquisendo quelle competenze pratiche (*hard e soft skills*) che sono fondamentali nel mercato del lavoro odierno.
- **Networking e Orientamento di Carriera:** avranno l'opportunità di confrontarsi con attori, registi, atleti e professionisti. Questo confronto diretto li aiuterà a chiarire le loro aspirazioni e a identificare possibili percorsi formativi e professionali che uniscono sport, comunicazione e arti performative.

Obiettivo finale del progetto è formare una nuova generazione di “sport performer”, capaci di trasformare il corpo e la voce in strumenti di racconto, immaginando percorsi creativi e interdisciplinari che integrino sport, arte e comunicazione.

Giorno 1: Corpo e Voce come Strumenti Espressivi

Obiettivo: Introdurre gli studenti al linguaggio teatrale e al suo legame con la pratica sportiva.

9:00 – 9:30: Benvenuto e Visione del Progetto.

Introduzione al programma “PlaySport”, ai suoi obiettivi e alla presentazione dei mentor e professionisti che guideranno il percorso.

9:30 – 11:00: Workshop: La Voce nello Sport e nel Teatro.

Un attore e formatore guiderà gli studenti alla scoperta della voce come strumento espressivo: tecniche di respirazione, uso del ritmo, proiezione vocale e gestione delle emozioni. La sessione metterà in luce come la voce, al pari del corpo, sia un mezzo potente di narrazione sportiva.

11:00 – 11:15: Pausa caffè.

11:15 – 12:30: Talk Esperienziale: Il Corpo come Narrazione

Un performer o preparatore guiderà un lavoro pratico sul corpo come linguaggio. Attraverso esercizi di movimento scenico e atletico, gli studenti esploreranno come un gesto atletico possa diventare gesto teatrale, capace di trasmettere emozioni e racconti.

14:00 – 17:30: Laboratorio Interattivo: Improvvisazione e Gioco Scenico

Gli studenti, divisi in team, sperimenteranno tecniche di improvvisazione teatrale applicate allo sport: dalla costruzione di scene alla trasformazione di momenti sportivi in performance. Un’attività per stimolare creatività, ascolto e collaborazione.

18:00 – 19:30: Attività sportiva serale: a scelta

20:00 – 21:00: Cena

21:00 – 22:30: Attività dopocena: serata musicale, giochi, sketch...

Giorno 2: Dalla Narrazione alla Performance

Obiettivo: Applicare tecniche teatrali e sportive per creare forme di racconto scenico.

9:00 – 10:30: Case Study: Sport e Teatro come Linguaggi Interdisciplinari

Un regista o docente di arti performative presenterà esempi di spettacoli, performance o progetti che hanno unito linguaggio teatrale e sportivo. Gli studenti analizzeranno come il gesto atletico e quello teatrale possano fondersi in un'unica narrazione.

10:30 – 11:45: Pillola di Approfondimento: Public Speaking e Comunicazione

Un esperto di comunicazione mostrerà come tecniche teatrali possano rafforzare il public speaking e l'autopresentazione, competenze essenziali anche nel contesto sportivo e professionale.

11:45 – 12:00: Pausa caffè.

12:00 – 13:00: Sessione di Gruppo: Idee di Performance

Gli studenti, divisi in team, inizieranno a progettare brevi performance teatrali, monologhi o letture sceniche ispirate a figure, valori o eventi sportivi. Definiranno il messaggio da comunicare, il linguaggio espressivo e la struttura narrativa.

13:00 – 14:30: Pausa pranzo.

14:30 – 17:30: Laboratorio Pratico: Mentoring e Sviluppo

I team lavoreranno alla creazione di una performance teatrale ispirata al mondo dello sport, sotto la supervisione di attori, coach e professionisti della comunicazione. L'attività si concentrerà sull'uso integrato di voce, corpo e ritmo, sull'improvvisazione guidata e sulla trasformazione del gesto atletico in gesto narrativo. Gli studenti saranno accompagnati nello sviluppo di testi, movimenti scenici e interazioni di gruppo, con particolare attenzione alla coerenza espressiva e al messaggio da trasmettere. Il loro lavoro culminerà nella preparazione di una performance finale – in forma di spettacolo o restituzione scenica – che verrà presentata al pubblico durante il pitch creativo conclusivo.

18:00 – 19:30: Attività sportiva serale: a scelta

20:00 – 21:00: Cena

21:00 – 22:30: Attività dopocena: serata musicale, giochi, sketch...

Giorno 3: Pitch e Prospettive Future

Obiettivo: Presentare i progetti creativi e sperimentare la performance come forma di comunicazione.

9:00 – 10:30: Preparazione alla Restituzione: Raccontare attraverso la Performance.

Sessione di allenamento alla performance: prove di scena, revisione dei testi, affinamento della presenza scenica e della gestione dello spazio.

10:30 – 12:00: Rifinitura Finale: Ultime Modifiche prima della Performance

Ultima sessione di lavoro guidato dai tutor per perfezionare i dettagli delle performance, armonizzare voce e corpo, migliorare la fluidità della narrazione.

12:00 – 13:30: Pausa pranzo.

13:30 – 16:00: Restituzione Pubblica: Performance o Restituzione Finale

Ogni team presenterà la propria performance davanti a una giuria di esperti (attori, allenatori, comunicatori) e a un pubblico selezionato. La restituzione potrà avvenire in forma di spettacolo dal vivo o di breve performance.

16:00 – 16:30: Conclusioni e Chiusura.

Riflessioni finali dei mentor e della giuria sui progetti presentati. L'evento si concluderà con l'incoraggiamento a proseguire il percorso come futuri professionisti nel mondo sportivo e performativo.

16:30 – 17:30: Networking Finale.

Gli studenti avranno l'occasione di interagire in modo informale con i professionisti presenti, espandendo la propria rete di contatti e ricevendo consigli per il loro futuro percorso di carriera interdisciplinare.

18:00 – 19:30: Attività sportiva serale: a scelta

20:00 – 21:00: Cena

21:00 – 22:30: Attività dopocena: serata musicale, giochi, sketch...

Durante le sessioni del progetto, gli studenti avranno l'opportunità di esplorare il **linguaggio teatrale** come **strumento di espressione** e il suo legame con la **pratica sportiva**. Analizzeranno come voce e corpo possano diventare mezzi di **narrazione** capaci di raccontare emozioni, storie e valori dello sport. Il percorso didattico si concentrerà inoltre sul ruolo dell'improvvisazione, del public speaking e del movimento scenico come strumenti di **apprendimento esperienziale**. Al di là delle tecniche teatrali, gli studenti si confronteranno con il concetto di **performance sportiva** come narrazione, apprendendo come la combinazione tra disciplina sportiva, creatività e comunicazione possa generare nuove forme di espressione. L'obiettivo è formare giovani capaci di trasformare lo **sport in linguaggio artistico**, sviluppando competenze trasversali che rafforzano comunicazione, creatività e relazioni.

In base alla disponibilità di tempo e budget, le attività possono essere completate da **1 o 2 attività culturali** nei dintorni del centro ospitante selezionato il giorno di arrivo o il giorno di partenza.