

# CORSI PER I DOCENTI

## A VIVA VOCE

### **Corso di gestione della voce per docenti**

Da una ricerca dell'Unità di otorinolaringoiatria del Policlinico di Milano si stima che il 30% degli insegnanti soffra di disturbi cronici delle corde vocali, che il 50% lamenti disturbi occasionali della voce e che solo il 20% non presenti mai alterazioni della voce ed affaticamento vocale.

La voce è il mezzo chiave per l'insegnante per trasferire contenuti emotivi ai suoi alunni. Ciò che guida questa performance vocale è la qualità della percezione che l'insegnante stesso ha di se' e della sua modalità comunicativa.

Attraverso una serie di tecniche ed esercizi volti a liberare, sviluppare, e potenziare la voce naturale, essa può essere messa al servizio di una comunicazione più libera, sia a livello interpersonale che nell'uso professionale.

Il training vocale farà uso di tecniche teatrali, tecniche comunicative ed energetiche per imparare a fare un uso corretto della propria voce e per riscoprirla più sonora, più viva e più autentica

## L'INSEGNANTE IN SCENA

### **Strumenti teatrali per una didattica emozionale in presenza e in DAD**

Dove c'è scuola c'è relazione. Dove c'è relazione, c'è emozione.

Se identificate e riconosciute, le emozioni sono uno strumento straordinario di crescita e cambiamento.

Le emozioni permettono di focalizzare l'attenzione, fissare contenuti ed esperienze, facilitano l'interiorizzazione, generano coinvolgimento. Le emozioni poi ci insegnano a pensare, a capire come funzioniamo e ad identificare le eventuali problematiche.

Le emozioni dovrebbero essere il centro della didattica.

## RIDI E LASCIA RIDERE

### **Team-building per il benessere scolastico**

Attraverso esercizi di respirazione, di rilassamento, training attoriale, tecniche energetiche, yoga della risata e improvvisazione teatrale, attiveremo uno stato di benessere a livello psico-fisico.

I 4 pilastri della Gioia: ballare, cantare, ridere e giocare saranno gli elementi che ci aiuteranno a scoprire e creare nuove abitudini felici.

Daremo spazio al pensiero creativo in modo che imperfezioni, difetti e fragilità diventino lo spunto per ironizzare su noi stessi e prendere noi e la nostra vita con maggiore leggerezza.

Il team building può essere attivato solo per insegnanti, solo per studenti o per insegnanti e studenti insieme.

### Federica Sassaroli

Federica Sassaroli, attrice, speaker, doppiatrice, comica, regista, autrice, insegnante di lingue, facilitatrice e formatrice.

Grazie all'esperienza maturata come monologhista teatrale, come insegnante di lingue straniere ad indirizzo comunicativo, come trainer teatrale e facilitatrice di tecniche energetiche, ha messo a punto una metodologia che attinge da diverse discipline quali la recitazione, la dizione, il metodo PSYCH-K®, lo yoga e la prossemica per condurre le persone ad identificare il proprio potenziale comunicativo, gestire lo stress che la comunicazione può comportare, entrare in relazione con l'altro e sviluppare l'ascolto a 360 gradi.

Federica presta dal 2007 al 2020 la sua voce per la voce guida di Vodafone in italiano e in spagnolo, per pubblicità nazionali per radio e TV, per doppiaggi TV, per filmati aziendali e per audiolibri per Salani, Garzanti, ABPublishing. Vincitrice del Festival Nazionale del Cabaret in Rosa e del Festival delle Arti, si esibisce in diversi teatri e locali tra cui lo Zelig di Milano e il Teatro della Tosse di Genova, le cui registrazioni vanno in onda sul canale Comedy Central di Sky. Nella stagione 2020-2021 è ospite comica di "Propaganda Live", su La 7.