

## Bambini

La Danza del Diamante attira molto i bambini, probabilmente attratti dai colori degli abiti, dai veli colorati in movimento, dalla musica, dalla giocosità, dalla semplicità dei movimenti, dal cerchio.

Ci è capitato diverse volte, facendo lezione all'aperto ad es. a Villa Garibaldi, al Foro Italico con le dipendenti comunali, che i bambini venissero verso di noi e si inserissero anche senza chiederlo nel gruppo, danzando liberamente come noi o nel cerchio. E noi siamo stati sempre pronti ad accoglierli come un dono; qualche imbarazzo l'abbiamo vissuto a volte solo durante le esibizioni perché colte alla sprovvista.

La Danza del Diamante per i bambini è educativa ed utile perché, oltre a far muovere il corpo ed insegnare il controllo e la coordinazione dei movimenti, insegna valori importanti per il vivere con se stessi ed in società, come:

- Il rispetto dell'altro e la solidarietà, l'empatia, l'aiuto reciproco. Danzando in cerchio ci si sente un tutt'Uno e si impara che quello che si fa all'altro è come se si facesse a se stesso.
- Ad esprimere le proprie emozioni, attraverso la libera espressione corporea, a tirar fuori il loro mondo interiore con esercizi che appaiono un gioco; ed anche attraverso lo scambio verbale che si ha tra una fase e l'altra. In alcuni casi si ricorre al disegno.
- Imparano a conoscere meglio la Natura, gli elementi naturali, aria, acqua, terra e fuoco, a celebrarla danzando e quindi a rispettare l'ambiente;
- Acquisiscono attraverso l'esecuzione delle danze in cerchio, maggiore autostima, maggiore consapevolezza di se stessi e delle proprie capacità.
- Ritornano in contatto con le potenzialità del proprio corpo, sviluppando anche sensi e percezione di se stessi e del mondo circostante
- Si allontanano dal mondo troppo fisicamente statico della scuola e dei tablet e degli smartphone almeno per quell'ora, ridando al corpo la cura necessaria attraverso un movimento che va ad agire anche nella loro interiorità.