



Embodied Education, dalla Preistoria ad Alessandro Magno

DESTINATARI:



primo anno della Scuola secondaria di II grado

primo anno della Scuola secondaria di I grado

ARGOMENTO:



Storia antica

OBIETTIVI:



- Favorire la coesione del gruppo classe nel primo anno scolastico unendo narrazione storica ed esperienza corporea.
- Applicare i principi dell'*Universal Design for Learning* adattando il movimento alle diverse esigenze neurodinamiche della classe.
- Promuovere una didattica cinetica sicura e inclusiva, usando attrezzi come supporti posturali senza contatto fisico.

Fase 1 - Il Paleolitico: la dimensione della tribù e la comunità di cura

Nel primo snodo, l'attenzione si concentra sulla dimensione sociale dell'*Homo sapiens* e sull'empatia come fattore chiave dell'evoluzione umana.

Attività

- Eseguite percorsi di coordinazione cooperativa, con spostamenti sincroni mantenendo una postura eretta con ginocchia leggermente flesse e impugnando l'asta leggera per analizzare come l'uso degli strumenti abbia storicamente prolungato le leve anatomiche dell'essere umano.
- Contemporaneamente, ascoltate la contestualizzazione dell'insegnante.

Riflessione

Attraverso la simultaneità del movimento e del racconto, si capisce che il successo evolutivo del *sapiens* non è derivato dalla forza del singolo, ma dalla capacità di costruire una comunità di cura basata sulla protezione dei membri più fragili, sulla divisione delle risorse e sulla fiducia.

Avevate mai pensato al fatto che la sicurezza di ciascuno dipende dal benessere dell'intero gruppo?

Fase 2 - L'Età Micenea: l'etica omerica, il codice d'onore e la tutela del più debole

In Età Micenea, il focus si orienta sull'analisi dell'epica omerica e sul valore dell'onore (*timê*), inteso come responsabilità morale.

Attività

- Assumete posture di equilibrio di coppia e attuate dinamiche di interazione biomeccanica controllata, abbinando alla lancia lo scudo.
- Contemporaneamente, ascoltate la guida dell'insegnante sul ruolo dei grandi leader della tradizione, come Agamennone, Achille, Diomede e Nestore.

Riflessione

Attraverso la postura e l'azione, l'accento pedagogico si sposta deliberatamente dal gesto d'offesa al rigido codice etico dell'eroe, comprendendo che la vera forza non ha alcun valore se disgiunta dalla responsabilità di farsi scudo per i più deboli e indifesi.

Ragionate insieme: vedete come la potenza fisica, priva di un orientamento etico, si riduce a mera ed egoistica barbarie?

Fase 3 - Il Periodo Classico: l'isonomia spaziale e la falange come metafora civica

Con il Periodo Classico, si vive fisicamente il passaggio dall'individualismo aristocratico alla coesione della *polis* e alla nascita della democrazia ateniese.

Attività

- Componete una struttura spaziale compatta e sincronizzata che si muove in modo ritmico nello spazio.
- Avanzate mantenendo l'allineamento.
- Ascoltate la spiegazione teorica sull'uguaglianza democratica (*isonomia*) e la visualizzazione cinetica dello scudo (*aspis*), progettato per proteggere il compagno alla propria sinistra.

Riflessione

Il movimento si trasforma in una potente metafora civica

Vedete come la comunità democratica regge solo se ciascuno si sente direttamente responsabile della tenuta e della sicurezza di chi gli sta accanto?

Fase 4 - Il Classico Tardivo: flessibilità cognitiva e gestione del caos

Il modulo sul Classico Tardivo affronta la crisi della *polis* tradizionale e l'evoluzione delle strategie dinamiche attraverso la figura di Iphicrate e l'introduzione dei peltasti.

Attività

- Eseguite moduli ad alta mobilità e rapida scomposizione dello spazio, cambiando direzione e rispondendo a stimoli visivi imprevisti, occupando gli spazi vuoti e ricomponendovi rapidamente in piccoli nuclei al segnale del docente, senza mai urtarvi.
- Contemporaneamente, ascoltate la narrazione del docente che mostra come la rigidità dei vecchi schemi sia stata superata dall'agilità reattiva.

Riflessione

Attraverso l'esperienza cinetica, imparate ad abbandonare gli automatismi, a gestire l'incertezza, a sviluppare un pensiero fluido e a mantenere il coordinamento relazionale anche all'interno di contesti complessi e dinamici.

Fase 5 - L'Età Ellenistica, la Riforma Macedone e l'Apoteosi Ecumenica di Alessandro Magno

L'approdo all'Età Ellenistica rappresenta la sintesi sistemica e concettuale dell'intero percorso di didattica cinetica, in cui convergono la coesione tribale, l'eroismo omerico, il rigore civico e la flessibilità tattica, offrendo un dispositivo basato sulla differenziazione funzionale attraverso tre profili operativi (pezeteri, ipaspisti e cavalleria degli eteroi).

Attività

- Vi suddividete in tre corpi operativi complementari in base alle vostre attitudini.
- Il corpo di contenimento e ancoraggio dei pezeteri (per la stabilità e la disciplina posturale).
- Il corpo d'élite e cerniera meritocratica degli ipaspisti (per la reattività e la canalizzazione dell'energia).
- Il vettore di manovra della cavalleria degli eteroi (per la fluidità dinamica e l'aggiramento).
- Eseguite transizioni posturali e manovre sincrone (come l'incudine e martello o la convergenza finale).
- Contemporaneamente, ascoltate la narrazione del docente sulla riforma macedone e sulla visione ecumenica di Alessandro Magno, incentrata sulla fusione tra il mondo greco e quello persiano.

Riflessione

In questo modo avrete sperimentato sul piano corporeo la sinergia inter-arma (*combined arms*), comprendendo che la falange risulterebbe vulnerabile senza la copertura degli ipaspisti e il dinamismo della cavalleria; Attraverso la manovra finale congiunta, ragioniamo sul fatto che la diversità delle attitudini individuali e l'integrazione di ruoli differenti non si annullano, ma si sommano, trasformando la classe in un organismo inclusivo, armonico e profondamente umano.