

Scheda attività: “il corpo è “mio?”

Titolo	“il corpo è “mio?”
Ambiente (aperto, chiuso, entrambi)	APERTO + Chiuso
Obiettivo	Aiutare gli adolescenti ad entrare in comunicazione con il proprio corpo, da diversi punti di vista: percezione di sé e del proprio aspetto, gestualità, comunicazione non verbale, interventi più o meno invasivi (abbigliamento, piercing, tatuaggi, ecc). Educare i ragazzi a superare la versione distorta del proprio corpo tipica della loro età, soffermandosi sulla "cura" di sé, intesa come preoccupazione e difficoltà ma anche come responsabilità positiva e quotidiana verso il corpo (Il corpo come tempio dello spirito).
Categoria (teambuilding, riscaldamento, etc.)	Gioco + Workshop
Durata	2 incontri
Strumenti	Gioco + testo canzone
Osservazioni	

Materiali allegati

si consiglia di realizzare una piccola caccia al tesoro per i ragazzi in cui il tesoro è uno specchio
lo specchio sarà il simbolo di questi incontri e richiamerà il pensiero sul proprio corpo

INCONTRO

DON'T LET ME GET ME di Pink

Una canzone che parla del disagio verso se stessi e il proprio corpo nell'adolescenza. Io come sto con me stesso? Come affronto questi momenti?

Never win first place, I don't support the team	Non sono mai arrivata al primo posto, non sopporto la squadra
---	---

<p>I can't take direction, and my socks are never clean Teachers dated me, my parents hated me I was always in a fight cuz I can't do nothin' right</p>	<p>Non riesco a prendere una direzione e i miei calzini non sono mai puliti I professori mi davano appuntamenti, i miei genitori mi odiavano. Ero sempre in lotta perché non riesco mai a fare niente di buono</p>
<p>Everyday I fight a war against the mirror I can't take the person starin' back at me I'm a hazard to myself</p>	<p>Ogni giorno combatto una guerra allo specchio. Non posso essere la persona che si trova dietro di me. Sono un pericolo per me stessa</p>
<p>Don't let me get me I'm my own worst enemy Its bad when you annoy yourself So irritating Don't wanna be my friend no more I wanna be somebody else</p>	<p>Non permettermi di essere me stessa Sono il mio peggior nemico È tremendo quando tu annoi te stessa Così irritante Non voglio essere più mia amica Voglio essere qualcun altro</p>
<p>I wanna be somebody else, yeah</p>	<p>Voglio essere qualcun altro,si</p>
<p>LA told me, "You'll be a pop star, All you have to change is everything you are." Tired of being compared to damn Britney Spears She's so pretty, that just ain't me</p>	<p>LA(Los Angeles) mi disse "sarai una popstar, Tutto ciò che devi cambiare è tutto quello che sei" Stufa di essere paragonata a quella maledetta Britney Spears Lei è così carina, proprio quello che non sono io</p>
<p>Doctor, doctor won't you please prescribe something' A day in the life of someone else? Cuz I'm a hazard to myself</p>	<p>Dottore, dottore, non mi prescriverebbe qualcosa? Un giorno nella vita di qualcun altro? Perché sono un pericolo per me stessa</p>
<p>Don't let me get me I'm my own worst enemy Its bad when you annoy yourself So irritating Don't wanna be my friend no more I wanna be somebody else (2 volte)</p>	<p>Non permettermi di essere me stessa Sono il mio peggior nemico È tremendo quando tu annoi te stessa Così irritante Non voglio essere più mia amica Voglio essere qualcun altro (2 volte)</p>
<p>Doctor, doctor won't you please prescribe somethin A day in the life of someone else? Don't let me get me</p>	<p>Dottore, dottore, non mi prescriverebbe qualcosa? Un giorno nella vita di qualcun altro Non permettermi di essere me stessa</p>
<p>Don't let me get me I'm my own worst enemy Its bad when you annoy yourself So irritating</p>	<p>Non permettermi di essere me stessa Sono il mio peggior nemico È tremendo quando tu annoi te stessa Così irritante</p>

Don't wanna be my friend no more I wanna be somebody else	Non voglio essere più mia amica Voglio essere qualcun altro
--	--

SCRIVI POI TU LA TUA CANZONE SUL TUO CORPO..dove il ritornello sarà la cosa più importante che pensi e le 2 strofe risponderanno a "il tuo corpo di fa felice? .. cosa ti piace e cosa no"... e alla domanda " cosa camberei, cosa rifarei, come vorrei apparire"