

MalpensaNews

La “danza a distanza” piace a insegnanti e allieve

Damiano Franzetti · Wednesday, May 27th, 2020

Emergenza sanitaria, lockdown, quarantena: la vita così come la conosciamo si ferma. Ma se è normale un periodo di spaesamento, paura e, per molti, anche di lutto, ad un certo punto la vita ricomincia anche dentro le case. **E la danza, per chi la pratica da sempre, è parte della vita**, quindi è necessario trovarle nuovi spazi. Che possono diventare nuove opportunità da cogliere al volo.

È quello che ha fatto **Ileana Maccari, anima di Nashat**, la storica asd Uisp che porta a **Varese danze da tutto il mondo**, a partire da quella del ventre. «Il primo mese è stato durissimo per tutti – racconta Maccari – le notizie che arrivavano dagli ospedali erano spaventose. Ma dopo Pasqua abbiamo iniziato a capire che avremmo dovuto **ripensare l'organizzazione** delle nostre vite, non farci vincere dalla paura. Così è nato il progetto che sto portando avanti con un buon gruppo di allieve, danzando a distanza». Insomma, **i corsi di Nashat sono ripartiti, anche se ognuno è rimasto a casa** propria. Attraverso una delle tante piattaforme disponibili e diventate ormai popolarissime, Ileana Maccari ha chiamato a raccolta il suo gruppo e ha ricominciato ad insegnare danza. E sono arrivate le sorprese: **il metodo a distanza funziona**.

«Soprattutto in **una danza “individuale” come quella del ventre**, dove non hai bisogno per forza di un compagno, lo strumento delle **teleconferenze è particolarmente efficace** – racconta – perché la concentrazione delle allieve è molto più alta del solito. In palestra ci sono mille fattori di distrazione, on line per capire i movimenti **non è possibile distrarsi**. Non solo: il confronto con gli altri è molto meno pressante di quando si è “in presenza”, e questo rende più sciolte e libere di esprimersi moltissime allieve». Non solo: c'è anche la possibilità del doppio feedback: «A fine lezione chiedo **alle mie allieve di mandarmi anche dei filmati** dove mi fanno vedere come eseguono i nuovi movimenti. Così posso osservarle meglio, con calma, una per una. E correggerle in modo ancora più efficace».

Non è finita, perché Ileana Maccari ha trovato grandi vantaggi anche provando la “danza a distanza” anche da allieva: «**Per chi è ad un livello avanzato, le lezioni on line annullano le distanze**: posso seguire maestri prestigiosi in tutto il mondo direttamente dal mio salotto. Un sogno, per chi ama danzare!».

Insomma, non tutto il male viene per nuocere, e Nashat ha scoperto una nuova modalità che potrà rimanere anche ad emergenza finita: «Certo, **la presenza non si può sostituire del tutto**. Ma questi nuovi metodi hanno grandi **vantaggi, a cui non intendiamo rinunciare**. I prossimi corsi potranno essere in modalità “ibrida”, prendendo il meglio di entrambi i metodi». Perché se on line comunque i limiti ci sono, è innegabile che ci siano anche dei vantaggi da sfruttare. «Chi ama la

danza sa **superare i limiti nel rispetto delle regole**. Anche in quarantena».

SPECIALE UISP – Tutti gli articoli di VareseNews in collaborazione con UISP Varese

This entry was posted on Wednesday, May 27th, 2020 at 11:41 am and is filed under [Sport](#), [Tempo libero](#)

You can follow any responses to this entry through the [Comments \(RSS\)](#) feed. You can leave a response, or [trackback](#) from your own site.