

## Antonella Portoghese

### Danza Classica

psicomotricità infantile, pre-danza e preparatorio.

Entra a far parte della scuola di danza del Teatro San Carlo di Napoli, nel 1971 sotto la direzione della fondatrice Bianca Gallizia, alla quale farà seguito la signora Milly Clerici e del maestro Tony Ferrante. Partecipa ancora allieva a numerose opere teatrali e a balletti che si tengono in teatro nel corso degli anni di studio. Diplomatasi accede al corso di perfezionamento "Romolo Valli" di Reggio Emilia sotto la guida di Natalia Conius e Renuae Legiant per un anno.

Tornata a Napoli partecipa come aggiunta a varie rappresentazioni: Coppelia, Don Quixote e Bella Addormentata.

Si dedica contemporaneamente allo studio pedagogico della danza, seguendo vari corsi di formazione a Roma.

Nel 1983 dopo varie esperienze entra a far parte del corpo insegnante del Ballet Teatro Scuola diretto da Rossella Rossi dove oggi ricopre il ruolo di coordinatrice tecnica.

Il mio insegnamento ha come scopo fondamentale di educare il bambino ad utilizzare quegli elementi che più tardi nella danza dovrà riuscire a fondere, abituandosi ad usarli in modo costruttivo e non traumatizzante. Occorre che il maestro sia un educatore oltre che un esperto della materia, pertanto dovrebbe conoscere i fondamenti della psicologia e della moderna pedagogia. Infatti, esercizi perfettamente adatti e consigliabili nell'età puberale, possono rivelarsi irrimediabilmente dannosi se praticati a 6-7 anni. E' opportuno inoltre, che il maestro di propedeutica conosca la musica per sviluppare nell'allievo la musicalità insita in ciascun individuo ed indurlo a muoversi con disinvoltura avendo familiarità con ritmo, note, pause. Compito della propedeutica è favorire nel bambino la conoscenza razionale e l'assimilazione di questi valori che egli percepisce ancora soltanto a livello istintivo: la danza ne è invece la sublimazione artistica. Viene spontaneo a questo punto chiedersi come meglio favorire la meravigliosa evoluzione dell'allievo da quando varcata per la prima volta la soglia di un'aula di danza avrà conseguito la cognizione e la padronanza completa di ogni meccanismo corporeo, come deve avvenire nel caso del danzatore professionista. L'esercizio fisico inoltre costituisce una sorta di antidoto nei confronti delle malattie perché contribuisce ad accrescere la resistenza fisica. I bambini che hanno scaricato le proprie energie vitali, in gruppo di coetanei, hanno un aspetto sereno, gli occhi sprizzano felicità e rispecchiano una condizione di benessere. Quanto ai bambini normali, l'adulto deve preoccuparsi di soddisfarne il grande desiderio di movimento anche perché la vita sedentaria che oggi generalmente si conduce facilita il rischio di assunzione di posizioni e atteggiamenti scorretti. Il fisico dei bambini di oggi, la cui muscolatura tende a presentarsi ipotrofica proprio per carenza di attività motoria, è esposto allo sviluppo di malformazioni che se si cronicizzano nell'età adulta, generano dolori e disagi spesso apparentemente inspiegabili. Un adeguato esercizio fisico, tenendo conto dell'età, dovrebbe essere contemplato in una normale attività didattica