

TECNICHE DI ESPRESSIONE E CONSAPEVOLEZZA CORPOREA

Anno di corso: 2°

Crediti: 3

Ore lezione: 30

Tipologia insegnamento: lezione collettiva

OBIETTIVI FORMATIVI: Sviluppare la consapevolezza corporea per aumentare la propria capacità di espressione attraverso esperienze vocali, strumentali, motorie, funzionali alla pratica musicale.

PROGRAMMA DI STUDIO: il corso affronta, attraverso diverse metodologie e tecniche (Occidentali ed Orientali), in forma teorica/esperienziale, le problematiche relative alla consapevolezza del corpo del musicista, inteso come unità psicofisica, e alla capacità di espressione nella pratica musicale. In particolare saranno presi in considerazione alcuni aspetti riguardanti la comprensione delle funzioni rieducative e comunicative dell'espressione motoria attraverso:

- lo sviluppo dell'immagine e della percezione corporea;
- la ri-scoperta esperienziale della capacità di rilassamento, della anatomia e fisiologia del movimento tramite l'acquisizione consapevole del gesto non-automatico ed essenziale, della sensibilità spaziale, dell'organizzazione e coordinazione del movimento nello spazio e della sensazione propriocettiva nell'attività musicale;
- la coscienza delle emozioni espresse con il corpo in assetto statico e dinamico e delle interrelazioni tra postura (statica e dinamica), respirazione, movimento, qualità dell'espressione sonora;
- l'aumento del livello di attenzione, della concentrazione, della capacità di analisi e di sintesi, della memoria, della creatività;
- lo sviluppo delle capacità di ascolto, di ascolto di sé e dell'altro, di comprensione del L.N.V., di espressione di sé, di socializzazione, integrazione e collaborazione all'interno del gruppo, durante gli esercizi e le pratiche, guidate o improvvisate, vocali e strumentali, singole, in coppia o di gruppo/i.

PROGRAMMA DI ESAME: lo svolgimento del corso non può essere dettagliato per il margine di imprevedibilità determinata ogni volta dallo specifico gruppo di studenti e dalle necessità che sorgono nel lavoro dei singoli e di gruppo. Pertanto non si indica una bibliografia specifica, ma saranno date informazioni bibliografiche ed eventuali dispense durante il corso.

ESAME: verifica di idoneità in base al risultato della applicazione individuale alle esercitazioni date e alla partecipazione alle attività svolte in classe.