



Nuova metodologia

La musica come una forma di linguaggio

Descrizione

Consenti al gruppo di scoprire come la musica possa rappresentare un mezzo di espressione individuale alla pari delle parole. Informali che nei suoi elementi peculiari come il ritmo o la dinamica la musica è estremamente vicina all'essere umano ed è perciò comprensibile e utilizzabile per scopi comunicativi.

Gruppo di riferimento

Giovani dai 15 ai 23 anni

Numero di partecipanti

Gruppo composto da un minimo di 10 a un massimo di 20 partecipanti + 1 formatrice o formatore

Luogo

Spazio aperto o una stanza abbastanza ampia

Occorrente

Indumenti specifici per muoversi liberamente, penne, lavagna a fogli mobili, percussioni e altri strumenti musicali, come ad esempio il pianoforte.

Obiettivo

Percepire il ritmo e il flusso musicale spontaneamente, come uno stato fisico, e adattare i movimenti a esso.

Istruzioni

Fase 1

Il gruppo prende posizione nella stanza (riempendola tutta) e comincia a svolgere alcuni esercizi di respirazione e rilassamento. In questa fase preparatoria, in qualità di formatrice o formatore puoi aiutare il gruppo ad acquisire consapevolezza della presenza "musicale" di alcuni elementi con cui i membri del gruppo hanno già familiarità, come il silenzio, la respirazione (il movimento regolare e armonico di espirazione e inspirazione) e il battito cardiaco.

Fase 2

Spiega come svolgere un semplice esercizio. Informa il gruppo che dirai dei numeri (1, 2, 3, 4...) corrispondenti a un diverso grado di movimento (camminare, correre, fermarsi, saltare...) associato alla musica.

Istruzioni

Fase 3

Siediti al pianoforte e inizia a suonare mentre il gruppo inizia a muoversi. Ricordati di dare inizialmente abbastanza tempo al gruppo per assumere una posizione o eseguire un movimento che si adatti alla musica. Il gruppo deve adattarsi cercando di comprendere l'associazione tra movimento e musica e percepire internamente questa associazione.

Fase 4

Quando il gruppo raggiunge una certa consapevolezza e l'esercizio viene svolto con sempre maggiore naturalezza, puoi cominciare a suonare brani con ritmi e dinamiche diverse e associarli a dei numeri che le e i giovani devono seguire.

Suggerimenti per formatrici e formatori

Il processo richiede un alto grado di rilassamento e una preparazione preliminare basata sulla respirazione e sul risveglio dei sensi per preparare il corpo a percepire gli stimoli musicali.

Commenti supplementari

Questa attività è stata ideata da e per professioniste e professionisti in ambito musicale. Pertanto, è essenziale che la formatrice o il formatore sia esperto in questo campo.

