



## Didattica della musica e dello strumento

DCPL21 – Diploma accademico di Primo livello (Triennio)

Discipline affini

**CODD/07 – Tecniche di espressione e consapevolezza corporea**

### Tecniche di espressione e consapevolezza corporea

LEZ	ORE	CFA	VAL
C	18	2	ID

I = Lezione individuale    C = Lezione collettiva  
G = Lezione di gruppo    L = Laboratorio

CFA = Crediti Formativi Accademici  
ID = Valutazione con giudizio di idoneità e crediti conferiti dal docente  
E = Valutazione in trentesimi e crediti conferiti da commissione a seguito di esame

### Programma del corso

#### Obiettivi Formativi

- sviluppare la consapevolezza corporea attraverso la percezione e la gestualità espressiva.

#### Contenuti

- La dimensione simbolica nel linguaggio del corpo
- La respirazione: osservazione, percezione e consapevolezza del proprio respiro
- Esperienze e proposte tratte dai metodi: M. Feldenkrais e G. Alexander (eutonia), S. Martinet (espressione corporea)
- Dalla percezione delle varie parti del corpo al suo uso creativo
- Fare musica con il corpo: pulsazione, divisione e accentuazione metrica, moduli ritmici, agogica, intensità, silenzi, improvvisazione.
- Danze collettive

#### Bibliografia consigliata

- M. Feldenkrais, *Il metodo Feldenkrais: conoscere se stessi attraverso il movimento*, Edizioni RED 2003
- S. Martinet, *La musica del corpo*, Erickson, Trento 1992
- E. Jaques-Dalcroze, *Il ritmo, la musica e l'educazione*, ERI 1986

#### Idoneità

L'idoneità è certificata dalla docente in seguito al raggiungimento della frequenza minima prevista