Le immagini contenute in queste diapositive sono soggette a copyright, ne è vietata ogni riproduzione.

Musica e arte attraverso il movimento

Il corpo musicale

Il disegno attraverso la danza

Sperimentare come il movimento e l’arte non siano poi due mondi separati ma avere la visione di un’unità di linguaggi espressivi anche se diversi tra loro.

Usare la musica e l’arte come strumenti per l’espressività corporea è possibile e attuabile in più contesti.

Il bisogno di comunicare

Comunicare significa «Trasmettere agli altri».

Ci presentiamo all'altro con quello che abbiamo e trasmettiamo ciò di cui abbiamo fatto esperienza.

Quando la comunicazione permette agli individui di un gruppo di sentirsi partecipi delle stesse emozioni, viene quindi intesa da tutti e percepita, acquisisce una funzione importante e definisce il «sentirsi parte della società».

La comunicazione diventa parte viva della società e la musica, la danza, le arti grafiche ne sono un esempio tangibile.

Le origini della musica

Si pensa che le prime forme musicali fossero imitazioni dei suoni della natura. Il ritmo accompagnava le tribù durante le loro giornate. I primi strumenti musicali furono ricavati dalla natura: canne di bambù, flauti di legno, sonagli , tamburi.

I popoli antichi credevano che la musica fosse un dono delle divinità, era un’arte sacra.

Si iniziò con una scala pentafonica ma dal III secolo A.C. si usava una scala con 12 suoni.

Gli Ebrei davano al canto una enorme importanza soprattutto nelle funzioni religiose dove erano presenti numerosi cantanti e da qui nacquero le basi del «Canto Gregoriano».

I Greci inserirono la musica nei programmi di insegnamento scolastico.

I Romani le diedero un ruolo di intrattenimento, così come avvenne per la danza.

Nel Medioevo la musica veniva composta per essere danzata.

Con il passare degli anni la musica fu in continua evoluzione e anche oggi è un campo artistico molto vasto.

Le origini della body percussion

HAMBONE

Nel XV e XVI secolo in Indonesia e Africa: rivolta degli schiavi.
Per placare questa rivolta fu proibito l'uso di tamburi e qualsiasi altro strumento musicale.
Gli schivi iniziarono ad usare il proprio corpo per dare un ritmo alle proprie danze e ai propri riti.

KATAJJAQ

Nel Navut si pratica questa particolare forma di canto. Gli esecutori sono posizionati con braccia e volto molto vicini a loro e da questa posizione cantano ed emettono suoni anche durante le fasi della respirazione, per la ragione della vicinanza la bocca del partner funge da cassa di risonanza, questo produce un suono distorto che sembra quasi elettronico.

KEJAC

A Bali nasce grazie a *Walter Spies* un canto poliritmico. Spies aveva assistito al Sanyang che è simile al Kejac e propose agli indonesiani di produrre un canto che potesse assomigliare a quello.

SAMAN

In Indonesia, la danza Saman è una danza tribale famosissima. Nasce nella tribù di Gayo. Viene messa in scena in occasioni speciali ed è caratterizzata da un ritmo veloce e la sincronia dei ballerini.

I ballerini si dispongono in fila seduti e sono accompagnati da un musicista, è riservata agli uomini.

Il 24 novembre 2011 è stata dichiarata patrimonio dell'Unesco.

LE PALMAS

Con la definizione "palmas" si intende l'accompagnamento musicale per il flamenco. Sono essenziali per tutti i tipi di flamenco e sono di due tipi:

Semplice: tengono il ritmo base e possono essere *SORDAS* producono un suono basso

SECAS: Suono più alto e forte.

PALMAS RADDOPPIATE: Consiste nel creare suoni, contrattempi e variazioni alla palmas.

Emile Jaques Dalcroze

Musicista, compositore e pedagogo Svizzero.

Spinto dalle difficoltà ritmiche e di ascolto che riscontrava nei suoi allievi in Conservatorio, ricercò un metodo di educazione musicale alternativo:

Il Metodo Jaques-Dalcroze o «Ritmica Dalcroze».

Il corpo e il movimento sono le basi di questo insegnamento musicale.

Il corpo in questo metodo è sempre coinvolto e questo porta, chi lo pratica, a sviluppare la capacità propriocettiva e il senso cinestetico.

Essere presente in uno spazio, saperlo riconoscere e saperlo gestire, arricchisce l'allievo. Sapere gestire il proprio equilibrio il proprio spazio personale in relazione all'altro, avere coscienza corporea attraverso lo svolgimento degli esercizi proposti coinvolge la persona, la aiuta a mantenere viva l'attenzione ed il maggiore coinvolgimento porta ad un apprendimento migliore.

«La ritmica, in effetti, è una forza simile all’elettricità e alle grandi forze naturali fisiche e chimiche, essa è un’energia, un agente di emanazione e di irradiazione che conduce alla conoscenza di sé, alla coscienza non soltanto delle proprie forze, ma anche di quelle degli altri e dell’umanità. Essa ci spinge verso le profondità inesplorate del nostro essere energico e mutevole”.

Emile Jacques Dalcroiz

Keith Terry

Percussionista, musicista, danzatore che porto la sua musica in tutto il mondo e coniò il termine BODY MUSIC.

Keith Terry approcciò alla body percussion suonando la batteria.
Era un musicista accompagnatore per un gruppo di ballerini di tip tap.

Furono proprio i suoi danzatori ad incoraggiarlo a sperimentare nuovi modi di suonare e quindi iniziò a riprodurre sul corpo ciò che aveva appreso suonando la batteria.

Rythm Blocks

«Blocchi ritmici» creati da Keith Terry nel 1978, sono una mappatura del corpo per identificare il movimento corrispondente dei beats ai quali sono associati.

Sono sequenze di colpi nei quali si procede dalla parte superiore del corpo e si va verso il basso, di lunghezza diversa.

Esempio: Il numero 1 corrisponde ad un clap
Il numero 2 corrisponde ad un clap ed un colpo al petto.

Possono essere

- Cellulari: se prevedono una pausa alla fine
- Impulsivi: se eseguiamo la sequenza senza pause

“La danza emergeva dalla musica un gesto, una sequenza funzionale in questo senso era spesso anche “bella”, aveva una sua propria fluidità. Ho semplicemente assecondato quello che il mio corpo mi chiedeva di fare.”

Keith Terry

I benefici della Body percussion

- Riconoscere il ritmo
- Sviluppare e migliorare le competenze ritmiche
- Favorire la socializzazione
- Migliorare equilibrio, coordinazione, concentrazione e anche l’umore!
- Permettere di «ascoltare» il proprio corpo
- Migliorare la consapevolezza corporea

Le intelligenze multiple

Howard Gardner

Docente di Cognitivismo e Pedagogia all'università di Harvard, famoso per la sua teoria sulle intelligenze multiple.

Nel 1983 pubblica un libro: «Frames of mind», in cui introduce ben 7 forme di intelligenza e nasce così la teoria delle intelligenze multiple.

Secondo Gardner l'intelligenza è la capacità di risolvere problemi e situazioni e ogni uomo non possiede solo un tipo di intelligenza ma molteplici.

L'intelligenza è quindi indipendente dall'ottenere punteggi alti ai testi di valutazione.

Quali sono?

Intelligenza linguistica

Intelligenza logico matematica

Intelligenza visuospaziale

Intelligenza corporeo cinestetica

Intelligenza ritmico musicale

Intelligenza interpersonale

Intelligenza intrapersonale

Il metodo B.A.P.N.E.

Metodo ideato da **Javier Romero Naranjo**.

Il B.A.P.N.E. è un metodo di didattica della body percussion.

Viene usato per stimolare e sviluppare le intelligenze multiple attraverso lo studio della musica.

Gli esercizi proposti sono sempre diversi e stimolano diverse intelligenze.

Durante gli esercizi ci si dispone in cerchio per favorire la socializzazione e per far si che il gruppo abbia il giusto contatto visivo.

Il B.A.P.N.E. è un metodo inclusivo che lavora sull'attenzione più che sulla memorizzazione.

L'uso della voce è importante e spesso il canto accompagna le percussioni.

Il metodo B.A.P.N.E. è adatto a tutti e anche a persone affette da patologie, lievi danni cerebrali, disturbi del comportamento.

In questo metodo l'apprendimento ludico diventa una risorsa.

“un insegnante non trasmette il sapere, ma solo la storia d’amore che ha per la sua disciplina”

J.R.N.

Come impostare una lezione con metodo B.A.P.N.E.

Le lezioni si svolgono in cerchio. Gli esercizi sono sempre diversi. Le sequenze che vengono proposte vanno a stimolare le intelligenze multiple.

Bisogna sempre ricordare la sequenza proposta dall'insegnante prima di passare all'esercizio successivo.

Lavorare in cerchio stimola l'osservazione, quindi l'attenzione e favorisce la socializzazione, sviluppando l'empatia.

In questo metodo si lavora per sviluppare l'attenzione più che la memorizzazione. Quando imparo una sequenza devo essere attento e capire perché sto facendo un determinato movimento e quale gesto viene successivamente, non devo affidare tutto esclusivamente alla memorizzazione.

L'uso della voce è importante e spesso il canto accompagna le percussioni.

Intonare il mio canto con quello degli altri mi aiuta ad uniformarmi al gruppo.

La body percussion a scopo riabilitativo

La body percussion , rientra nelle attività di musicoterapia.

Viene utilizzata quindi con pazienti affetti da danni cerebrali oppure, ad esempio, bambini con ADHD.

Attraverso il canto si attivano la corteccia prefrontale e il lobo parietale, che sono anche deputati al controllo motorio e questo può favorire il recupero delle funzionalità motorie di base.

Vi è anche la stimolazione del lobo frontale deputato alla pianificazione del movimento.

Il cervello viene stimolato perché deve tenere alta l'attenzione, la concentrazione ma contemporaneamente riceve stimoli riguardante la postura corretta da mantenere e i movimenti da fare e questo è importante in patologie come queste. Con questo tipo di attività è importante l'apprendimento ludico, si impara se si è felici.

La tap dance

La tap dance trova le sue origini in Irlanda dove si ballava la *clog dance* nel 1500, in seguito divenne una danza di corte.

Prende il nome dal suono che i piedi dei ballerini producono sul pavimento. Le scarpe di tip tap hanno sulla suola degli inserti particolari che si chiamano ***«claquettes»***

Le claquettes possono essere considerate un vero e proprio strumento musicale, ma per farlo suonare c'è bisogno del coinvolgimento di tutto il corpo.

Inizialmente veniva eseguita in cerchio con solo l'utilizzo dei piedi. I danzatori indossavano degli zoccoli che essendo duri provocavano rumore sul pavimento.

Gli Irlandesi portarono questa danza negli Stati Uniti mescolandola a danze afroamericane come la "juba dance" .

A metà dell'Ottocento i ballerini si cimentavano in sfide di danza: le cutting contest.

1844: una delle prime battle tra il ballerino afroamericano William Henry Lane, conosciuto come Master Juba e l'irlandese John Diamond.

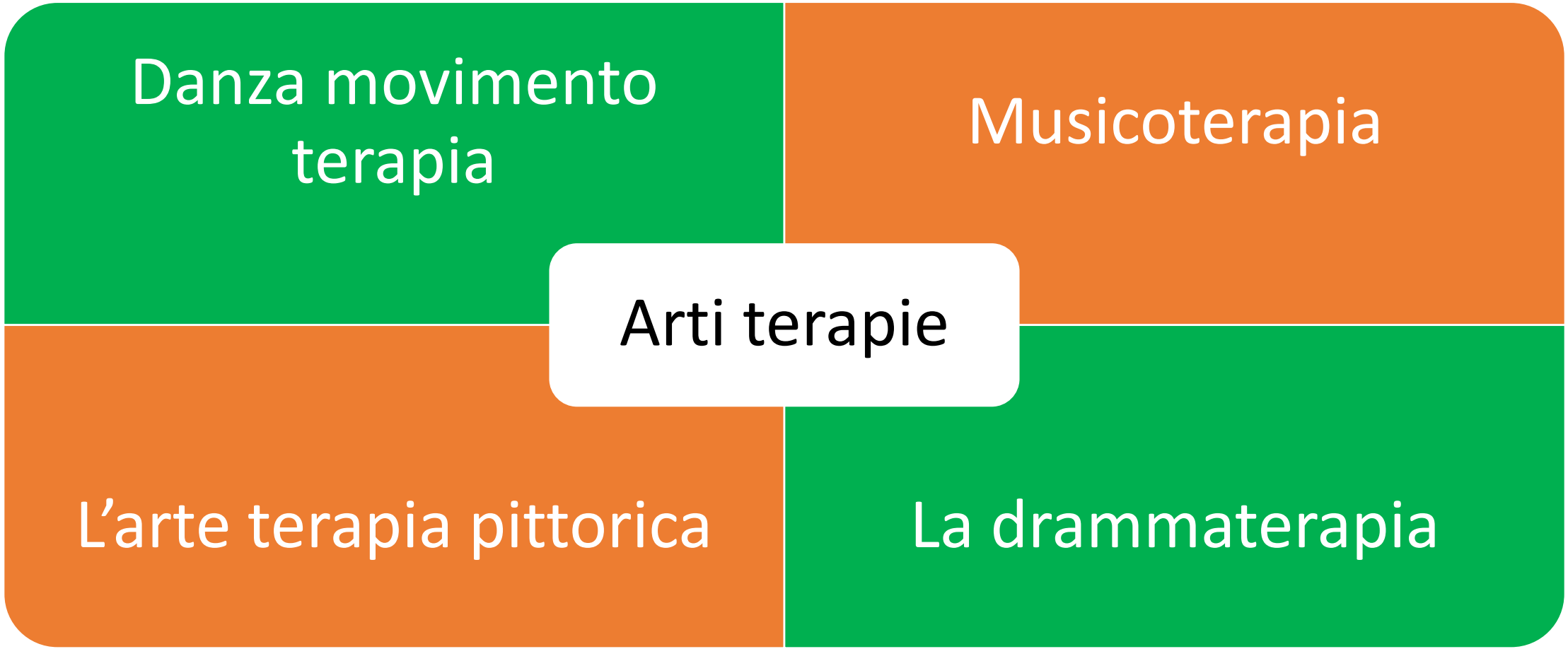
William Henry Lane

«Master Juba» è considerato il primo Tap Dancer afro-americano di successo

Il tip tap prese letteralmente piede nel 1900 grazie ad un impresario che organizzava spettacoli di tap dance nei locali di new york. Negli anni 50 era un ballo affermato anche e soprattutto nel cinema e nei grandi musical. Tutti i musical avevano all'interno un pezzo di tap dance.

I grandi ballerini di tap furono: Fred Astaire, Gene Kelly, Ginger Rogers che spesso faceva coppia con Fred Astaire e Shirley Temple.

La Tap Dance, in Italia Tip Tap, oggi è praticata in tutto il mondo e il 25 Maggio si festeggia il Tap Day, in memoria di Bill "Bojangles" Robinson, il Re del Tap, nato il 25 Maggio 1878.

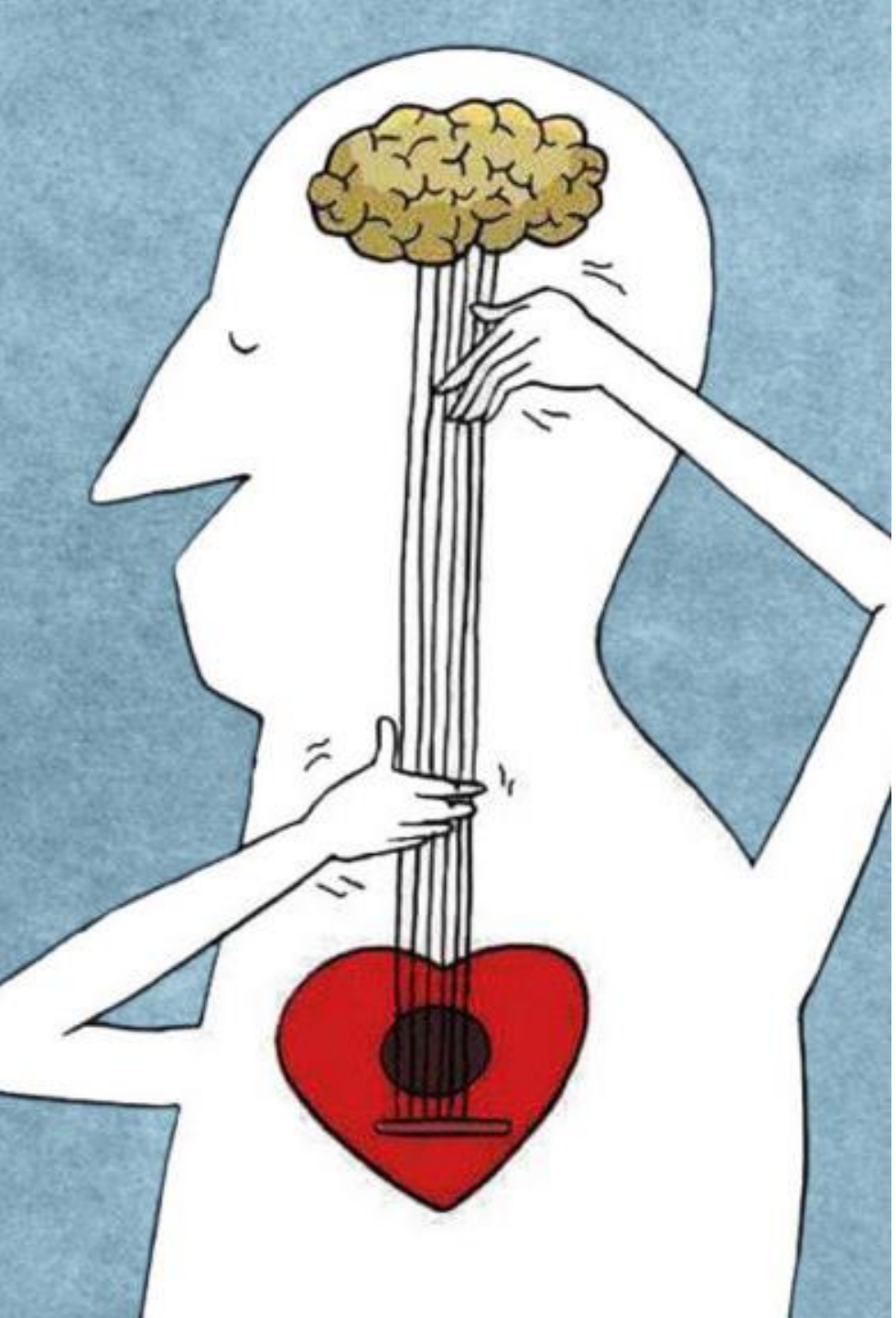

Danza movimento terapia
Musicoterapia
Arti terapie
L’arte terapia pittorica
La drammaterapia

Qual è la loro funzione?

La funzione delle arti terapie sta nel processo di sperimentazione e consapevolezza che si crea una volta che si ha un approccio alle arti. Ciò che è dentro di noi, non rimane più inascoltato e silenzioso, ma attraverso la musica, la danza, il teatro, viene “espresso”.

Una volta che si ha consapevolezza e si sperimenta, si riesce ad essere empatici verso gli altri e creare così una relazione, uno scambio e un sostegno.

Le arti terapie si applicano nelle scuole, in contesti formativi, nelle carceri, negli ospedali, in strutture ricreative e in strutture per anziani.



“La musicoterapia è l'uso della musica e/o degli elementi musicali (suono, ritmo, melodia e armonia) da parte di un musico terapeuta qualificato, con un utente o un gruppo, in un processo atto a facilitare e favorire la comunicazione, la relazione, l'apprendimento, la motricità, l'espressione, l'organizzazione e altri rilevanti obiettivi terapeutici al fine di soddisfare le necessità fisiche, emozionali, mentali, sociali e cognitive. Essa mira a sviluppare le funzioni potenziali e/o residue dell'individuo in modo tale che questi possa meglio realizzare l'integrazione intra- e interpersonale e consequenzialmente possa migliorare la qualità della vita grazie a un processo preventivo, riabilitativo o terapeutico”.

Federazione Mondiale di Musicoterapia - 1996

«Drammaterapia è l’uso intenzionale e sistematico degli aspetti curativi del dramma nel processo terapeutico»

British Association of Dramatherapist

Attraverso l’ improvvisazione teatrale, gli esercizi teatrali, giochi di ruoli e attraverso l’utilizzo di oggetti scenici, la drammaterapia aiuta l’individuo a capire meglio i propri pensieri e le proprie emozioni e di essere in grado di esprimerle.

L’arteterapia pittorica

L'espressione grafica di ciò che non si riesce a comunicare e, quindi, il linguaggio dell'arte diventa il tramite attraverso cui strutturare aspetti psico-affettivi/emotivi e socio-relazionali e nel contempo migliorare le capacità funzionali ancora residue.

“La danzamovimento terapia è l’utilizzazione terapeutica del movimento in quanto processo per aiutare l’individuo a ritrovare la propria unità psico-corporea”.

American Dance Therapy Association

Arti performative

Sono azioni artistiche, presentate come performance, spesso sono interdisciplinari e uniscono più arti.

Possono essere caratterizzate da improvvisazione oppure da un copione preparato, talvolta il pubblico viene integrato e reso parte viva della performance.

La rappresentazione può essere presentata dal vivo oppure proiettata e quindi l’artista può non essere presente in quel momento

La performance d'artista può essere fatta in qualsiasi luogo e senza limiti di durata.

L'azione di un individuo o di un gruppo in un particolare luogo e in un particolare lasso temporale costituisce l'opera stessa.

Un'azione performativa coinvolge generalmente uno o più dei quattro elementi base: tempo, spazio, Il corpo del performe e la relazione fra il performer e il pubblico

Arte e movimento: il disegno attraverso la danza

Attraverso la danza e il movimento possiamo essere in grado di produrre un elaborato grafico.

Questa tecnica di pittura che unisce movimento e grafica viene chiamata

“action painting”

La tela di solito è di grandissime dimensioni, viene posizionata a terra oppure su una parete molto grande, il colore viene buttato sulla tela e l’artista dipinge utilizzando i movimenti del proprio corpo.

Grazie per l’attenzione!

«Dimmi qualcosa ed io me ne dimenticherò
Mostrami qualcosa ed io me lo ricorderò
Lasciami fare qualcosa ed io lo comprenderò»
Confucio