

# il RITMO del CORPO

SEMINARIO DI BODY MUSIC E METODO FELDENKRAIS®

**LA BODY MUSIC** è una disciplina che usa il corpo come uno strumento a percussione, con le sue varietà timbriche e sonore.

**IL METODO FELDENKRAIS®** è un metodo di consapevolezza corporea che aiuta a ampliare i pattern neuromotori lavorando sulle possibilità e la plasticità del sistema nervoso.

IL LAVORO SVOLTO è di gruppo, e spazia da giochi per migliorare la comunicazione, l'empatia, la partecipazione, a uno studio sulla consapevolezza ritmico-corporea coadiuvato dall'utilizzo del Metodo Feldenkrais.

DURANTE IL SEMINARIO VENGONO PROPOSTI ritmi e canzoni provenienti da vari paesi del mondo per creare una memoria ritmico-corporea e dar modo agli allievi di comprenderne le differenze. Il ritmo diventa un gioco, uno strumento per lavorare sull'armonia del gruppo, nel quale ognuno con la propria frase poliritmica è parte di una forma più grande.

L'INTENTO DEL LABORATORIO è quello di far sviluppare agli allievi le seguenti capacità:

- Internal Clock (senso del ritmo).
- Ascolto reciproco all'interno di un gruppo e interazione con gli altri.
- Coordinazione motoria.
- Creazione e Improvvisazione musicale.
- Propriocezione corporea (percezione di sé), senso dello spazio e qualità del movimento.
- Teoria musicale, lettura, scrittura non convenzionale.

IL SEMINARIO È PARTICOLARMENTE ADATTO A CANTANTI, MUSICISTI, BALLERINI, ATTORI,  
INSEGNANTI DELLE SCUOLE PRIMARIE E SECONDARIE  
È POSSIBILE ATTIVARE CORSI SPECIFICI PER BAMBINI

## PROPOSTE DIDATTICHE:

LEZIONE FLASH: 1,5H

LEZIONE INTRODUTTIVA: 3H

SEMINARIO COMPLETO: 6H

FULL IMMERSION: 12H

I PREZZI DELLE LEZIONI VARIANO A SECONDA DELLA TIPOLOGIA E DELLE RICHIESTE

### GIOVANNI GARGINI

musicista, batterista, insegnante del Metodo Feldenkrais® e della Body Music, è specializzato in musica afro-americana (Jazz, Funk, Soul etc).

Ha frequentato seminari di Body Music Internazionali come IBFM Italy Minifest 2015, Body Rhythm Hamburg 2016 e 2017, IBMF Paris 2016.

Collabora in ambito didattico con il performer brasiliano Charles Raszl.

Per informazioni:

[giovannigargini@gmail.com](mailto:giovannigargini@gmail.com)

+39 3338283982

