



Ministero dell'Università e della Ricerca
Alta Formazione Artistica Musicale e Coreutica



Laboratorio , in modalità a distanza : (16 ore 2CF *)

Coordinazione Motoria e performance pianistica

“Taubman Inspired”

a cura di Maria Lucia Costa.

9/16/23/26giugno 2020 ore16.30–18.00 (da completarsi a Settembre/ottobre)

La necessità di competenze sempre più alte da acquisire a breve termine, la competizione internazionale e lo stress psicofisico a cui è sottoposto il pianista professionista, hanno posto in risalto l'esigenza di conoscere i principi di base di anatomia e fisiologia umana, di fisica e scienze motorie, che aiutino il musicista a sviluppare un approccio allo strumento che sviluppi una professionalità sicura e stabile nell' utilizzare il proprio repertorio specialistico e contemporaneamente svolga prevenzione delle patologie fisiche (dolori, traumi o inutili affaticamenti) di cui spesso soffre il musicista.

*Tutto ciò è vero non solo ad alti livelli ma anche nella scuola primaria e secondaria: affaticarsi su uno strumento rappresenta uno dei motivi più diffusi di **abbandono o di forte demotivazione**. Al contrario è accertato che un **approccio libero da impedimenti o costrizioni fisiche sviluppa autostima e tende a creare i presupposti per un percorso musicale felice**.*

Il laboratorio è aperto a tutti (pianisti e docenti di tutti i livelli). Sono benvenuti anche altri strumentisti e/o semplici appassionati. Si potranno inviare domande, richieste specifiche all'indirizzo mail indicato e saranno esaminate, compatibilmente col tempo disponibile, nei successivi incontri. Inoltre si può interagire anche via chat negli ultimi 15/20 minuti. Le iscrizioni degli interessati dovranno pervenire alla mail pianomlcosta@gmail.com. Credenziali di accesso ed eventuale materiale didattico verranno spediti via mail agli iscritti.

*Attestazione dei crediti sarà rilasciata ai soli studenti del Conservatorio al superamento di un piccolo test finale.

Piano di lavoro e argomenti

- Cos'è la coordinazione motoria–studio dei movimenti e relative leggi dinamiche che regolano e facilitano il naturale sviluppo delle specialità strumentali
- Elementi dell' Approccio proposto da Taubman
- Analisi approfondita della interrelazione tra la fisiologia umana e struttura e funzionamento dello strumento
- Cos'è la tensione. Come si produce. Prevenire è meglio che curare. (con esempi di repertorio)
- Coordinazione visivo–motoria necessaria per lo sviluppo della lettura .“Geografia del pianoforte”
- Coordinazione uditivo–motoria
- Equilibrio Statico ed Equilibrio Dinamico
- Studio analitico di alcuni passaggi del repertorio
- Studio analitico (compatibilmente coi tempi) di passaggi proposti dai partecipanti
- Intervento del prof. Franco Marcello, allenatore, docente a contratto all'Università telematica S. Raffaele nel Master Universitario “ Il movimento per la gestione e il recupero del benessere nelle differenti condizioni”, autore del libro *Coordinazione motoria, presupposti scientifici e metodi di valutazione* sulla coordinazione per promuovere la conoscenza e l'approfondimento della coordinazione motoria nello sport.