

Sabato 22/09/2018 ore 16,00

Incontro informativo e presentazione del corso

“Musica e Movimento”

Attraverso un dialogo che parte da una prospettiva e visione pedagogica-educativa si avrà la possibilità di comprendere il rapporto che ognuno ha con il proprio corpo e di come esso comunichi una storia. Un'autobiografia che ci guiderà, attraverso inviti alla riflessione e al ricordo, nonchè alla sperimentazione su come percepiamo il nostro e altrui movimento - in uno spazio fisico ed emotivo - , a riconoscere, ri-appropriarci di una visione globale, propriocettiva, olistica e non più solo, come richiesto da una società ormai incline a considerare l'aspetto di efficienza come prioritario, di tipo prestazionale e performativa. Un percorso che ridia significato all'agire con il corpo e per il corpo per ritrovare equilibrio e benessere accompagnati da uno sfondo musicale di brani scelti per favorire il movimento, la percezione sensoriale e il rilassamento.

- ✓ Come la Musica aiuta il corpo e il movimento
- ✓ Il corpo e il quotidiano movimento (velocizzazione del pensiero e dell'azione –stress – tono e tensione-)
- ✓ Il corpo e il movimento come veicolo di conoscenza sensoriale ed emozionale
- ✓ Il corpo e il movimento nella relazione con sè stessi e gli altri
- ✓ Ri-conoscersi nel nostro corpo e nei suoi cambiamenti
- ✓ Ri-scoprirsi nella relazione con gli altri e con se stessi attraverso una competenza tonico-emozionale

“La musica è per l'anima quello che la ginnastica è per il corpo.”

(Platone)

Francesca Iorio

Istruttore Acsi Musica e Movimento

Educatrice Musicale Audiation Institute

www.audiationinstitute.org

Presidente Associazione Mente e Movimento

www.menteemovimento.wordpress.com

Mail:ioriofrancesca@gmail.com