

## **Fisiologia-Dinamica e Psicologia della Respirazione**

### **Masterclass sulla respirazione per strumentisti e cantanti**

*Docente: Prof. Ermes Giussani*

La Masterclass è dedicata alle classi di strumenti a fiato e canto, ma è indirizzata anche alle classi di Musica Corale, Direzione di Coro e Didattica della Musica.

Verranno forniti strumenti teorici e pratici che potranno successivamente essere utilizzati dai partecipanti nella pratica quotidiana.

Gli argomenti affrontati verranno integrati con esercizi specifici atti a normalizzare, migliorare e ottimizzare la respirazione durante l'esecuzione musicale, anche mediante l'utilizzo di apparecchiature medico-scientifiche (spirometri) preposte ad incrementare il controllo e la gestione della colonna d'aria. Inoltre potranno essere effettuati esercizi sulla funzione terapeutica del respiro nei momenti di ansia – nervosismo, legati alla concentrazione e all'esecuzione.

#### Argomenti e Finalità:

- ⑩ Conoscenza dell'apparato respiratorio, del suo funzionamento e dell'utilizzo nella pratica vocale e strumentale.
- ⑩ Fisiologia e dinamica della respirazione.
- ⑩ Postura, catena muscolare, con cenni di tecnica Alexander.
- ⑩ Analisi delle problematiche conseguenti ad una non corretta gestione della respirazione a fini musicali.

Questo particolare argomento, in genere trattato in modo limitato nei Conservatori, è molto importante per migliorare la propria performance a scopi musicali.

- ⑩ Conoscenza e utilizzo di strategie operative.

#### Struttura:

La Masterclass prevede una prima fase teorica e una seconda con esercitazioni d'insieme ed individuali, che non interferiranno assolutamente con i programmi e le indicazioni fornite dai relativi docenti, ma saranno inerenti agli argomenti trattati e formulate sulla base delle esigenze individuali.

