



# Conservatorio di Musica Alfredo Casella

## Istituto Superiore di Studi Musicali

SCHEDA DI PROPOSTA DI PROGETTI DA INSERIRE NEL PIANO GENERALE DELLA  
ATTIVITA' DELL'ANNO ACCADEMICO 2016/17

Termine di presentazione: 7 ottobre 2016

DIPARTIMENTO DI:	Teoria, Analisi, Composizione e Direzione
TITOLO DEL PROGETTO:	Biodanza e musica
TIPOLOGIA DEL PROGETTO <sup>1</sup> :	Seminario di una giornata
DOCENTE/I RESPONSABILE/I:	Barbara Filippi
DATA DI REALIZZAZIONE <sup>2</sup> :	primavera 2017
LUOGO DI REALIZZAZIONE <sup>3</sup> :	L'Aquila, Conservatorio "A. Casella"
DESCRIZIONE DEL PROGETTO <sup>4</sup> :	<p>La consapevolezza di essere parte integrante dell'universo musicale appare dall'origine della storia umana attraverso miti e cerimonie. Durante i secoli l'uomo ha avuto la convinzione che l'universo sia retto da leggi ritmiche, dagli eventi che si ripetono nella natura in modo ciclico, dai fenomeni di pulsazione e vibrazione, tutto ciò sembrava seguire un piano armonioso, come una Sinfonia Cosmica. I canti e le danze primitive per richiamare la pioggia, così come le danze sciamaniche per curare le malattie, possiedono questa solidarietà cosmobiologica. Il ritmo ci unisce all'universo, a tutto ciò che è origine: ascoltando dentro noi stessi, viviamo tutte le forme musicali, i cori arcaici dell'uomo primitivo, i tamburi di allerta, i cori delle celebrazioni, il madrigale della tenerezza,... Ritmo è il nostro cuore, il nostro camminare, la nostra respirazione, i nostri piedi e il nostro cuore sono ritmici, le nostre mani sono melodiche come il nostro collo e il nostro sorriso. L'armonia si trova in fondo agli occhi, nell'incontro di sguardi, dove si stabilisce il circuito iniziale: la vita. Il termine Biodanza deriva da Bios (parola greca che significa vita) e dalla parola danza intesa nell'accezione francese di movimento emozionato: Biodanza è la danza della vita. Nasce nel 1965 a partire dalla ricerca e dall'esperienza personale di Rolando Toro Araneda, psicologo e antropologo cileno. Nel 1982 egli fonda la prima Scuola di Biodanza® del mondo a Fortaleza (Brasile). In seguito si creano altre scuole e il movimento mondiale di Biodanza si espande nel mondo. Il sistema Biodanza trova le sue fondamenta nelle scienze che riguardano la vita, in particolare nella biologia, nella fisiologia, nell'antropologia, nelle neuroscienze e nelle leggi universali</p>

<sup>1</sup> Indicare se Seminario, Master Class, Progetto didattico, Sperimentazione, ecc.

<sup>2</sup> Se non si conosce la data esatta indicare il periodo

<sup>3</sup> Indicare il luogo o, in alternativa, le caratteristiche del luogo

<sup>4</sup> In alternativa si può allegare un documento con la descrizione del progetto

che conservano i sistemi viventi e che rendono possibile la loro evoluzione. Favorisce lo sviluppo umano attraverso una sinergia di musica, emozioni e libera espressione del corpo. Si compone di un insieme di musiche ed esercizi organizzati secondo un modello teorico finalizzato ad elevare il grado di salute, migliorare la comunicatività, stimolare la creatività.

La metodologia della Biodanza® si articola sull'integrazione tra musica, movimento e il vissuto (vivencia). Questi tre elementi formano un'insieme organizzato le cui componenti sono inseparabili, poiché la funzionalità dell'insieme richiede la partecipazione simultanea di ciascuna di esse. La coerenza delle relazioni tra musica, movimento ed esperienza assicura l'efficacia del metodo.

In Biodanza® la musica ha la funzione essenziale di evocare vissuti emozionali. Le musiche utilizzate passano attraverso lo studio dei loro contenuti emozionali, finalizzato alla valutazione degli effetti organici che promuovono e del tipo di sensazioni che evocano.

I movimenti naturali dell'essere umano (camminare, saltare, stiracchiarsi,...), i gesti connessi ai cosiddetti "riti associativi" (dare la mano, abbracciare, cullare, accarezzare,...) e i gesti archetipici costituiscono i modelli naturali su cui vengono impostati gli esercizi di Biodanza.

La vivencia è l'esperienza vissuta con grande intensità da un individuo nel momento presente, che coinvolge la cinestesia, le funzioni viscerali ed emozionali.

I Facilitatori-Insegnanti di Biodanza seguono, in tutto il mondo, un programma unico di formazione per insegnanti previsto dall'International Biocentric Foundation creato da Rolando Toro. Il presente progetto viene proposto da Rossella Frozza, che da vent'anni si occupa di Comunicazione ed espressione corporea, insegnante titolata di Biodanza® della Scuola di Biodanza® dell'Adriatico (Marche, Abruzzo, Molise), con specializzazione in Biodanza con Bambini e Adolescenti, Biodanza, voce e percussioni, Biodanza e le danze degli angeli, Biodanza e i colori originari.

La proposta è di realizzare due sessioni di Biodanza e Musica della durata totale di 6 ore, con il seguente programma:

ore 10,00-11,30 presentazione dei partecipanti e teoria della Biodanza (storia, principi e metodologia);

ore 11,30-13,00 sessione pratica di Biodanza;

ore 13,00-14,00 pausa pranzo da realizzare insieme dove ognuno porta qualcosa, è uno spazio speciale di condivisione e di conoscenza reciproca del gruppo finalizzato ad aiutare l'armonia e a facilitare il lavoro del pomeriggio;

ore 14,00-15,00 spazio riposo o ancora spazio comune a libera scelta dei partecipanti;

ore 15,00-16,30 tempo dedicato nella prima parte alle condivisioni verbali del vissuto della sessione del mattino e teoria sulla Biodanza e Musica;

ore 16,30-18,00 sessione pratica di Biodanza e saluti finali.

DESCRIZIONE SINTETICA DEGLI OBIETTIVI DA RAGGIUNGERE	<p>Gli obiettivi da raggiungere nel presente progetto sono gli obiettivi di ogni sessione di Biodanza, ovviamente il grado di raggiungimento degli stessi è commisurato ai tempi di realizzazione:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Integrazione e sviluppo dei potenziali attraverso l'espressione delle emozioni in un contesto di ascolto non giudicante;</li> <li>• Trasformazione in espressione creativa di tutte le emozioni che creano conflitto, disagio e paure;</li> <li>• Sviluppo della connessione con sé stessi, con gli altri e con la natura-contesto;</li> <li>• Sviluppo della Vitalità, della Creatività e dell’Affettività;</li> <li>• Integrazione ritmico-motoria ed affettivo-motoria individuale e di gruppo;</li> <li>• Sviluppo della capacità di comunicare in modo sano all’interno del gruppo;</li> <li>• Autoregolazione tra azione e riposo;</li> <li>• Aumento dell’autostima personale;</li> <li>• Accettazione delle diversità (di genere, interculturale, disabilità,..);</li> <li>• Percezione dell’unicità di ciascuno come valore assoluto.</li> </ul>
--	---

DOCENTI INTERNI COINVOLTI:	1
IMPEGNO ORARIO DOCENTI INTERNI <sup>5</sup> :	Nessun Impegno da quantificare
NUMERO STUDENTI INTERNI COINVOLTI	Fino a 40, dai corsi preaccademici ai bienni.
COLLABORATORI ESTERNI:	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Rossella Frozza, laureata nel 1995 all’Università degli Studi di Padova in Scienze Politiche indirizzo economico,</li> <li>• dal 2005 insegnante Titolata di Biodanza presso la Scuola di Biodanza dell’Adriatico (Marche, Abruzzo e Molise) Sistema Rolando Toro con la monografia “Io, la Danza e la Biodanza”. Specializzata nell’applicazione di Biodanza per Bambini e Adolescenti, in Biodanza: Voce, Musica e Percussioni e in Presentimento dell’Angelo presso la Scuola di Biodanza Rolando Toro di Bologna;</li> <li>• In possesso di Certificato riconoscimento crediti del Ce.Trans a seguito dell’azione di sostegno “formazione degli operatori” nell’ambito della misura C1 del POR Abruzzo ob 3 2000-2006 Progetto Orfea (Orientamento, formazione, assistenza) figura DIRETTORE di Organismo di Formazione e figura COORDINATORE di Organismo di Formazione, anno 2006;</li> <li>• Dal 2003 è Responsabile del Settore Formazione per AMBeCO' Ambiente e Comunicazione, sede accreditata dalla Regione Abruzzo dal 2005 per la quale si occupa di: promozione e commercializzazione dei servizi formativi, gestione delle partnership e organizzazione delle risorse umane, tecnologiche, finanziarie e organizzative;</li> <li>• Dal 2013 conduce il settimanale di Biodanza e Biomovimento per adulti e per anziani attivi;</li> <li>• Dal 2014 conduce gruppi di Biodanza per bambini ed adolescenti nelle scuole di ogni ordine e grado sia in progetti curricolari che extracurricolari e</li> </ul>

<sup>5</sup> Indicare il numero di ore complessivo per ciascun docente

	<p>campi scuola;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Dal 2014 conduce il gruppo settimanale di Biodanza per bambini da 24 mesi a 4 anni;</li> <li>• Dal 1998 è stata docente per vari organismi formativi in Abruzzo (Enfapp Abruzzo, Iripa, SGI srl, Ambeco' soc coop arl, Teorema srl, Ial Abruzzo, C.I.F.A.P. CNOSFAP, I.R.F.O dell'Università degli Studi d'Annunzio di Chieti-Pescara) per le seguenti materie: comunicazione interpersonale; movimento ed espressione corporea; auto imprenditorialità; pari opportunità; orientamento; creatività;</li> <li>• Dall'età di 3 anni ha frequentato varie discipline motorie: ginnastica artistica, ritmica, danza classica, moderna, jazz e contemporanea, danza del ventre e danze orientali;</li> <li>• Dal 1991 al 1996 insegnante di danza classica per i bambini, danza contemporanea e stretching per Studio 2000 diretta da Marta Casari di Spresiano (TV);</li> <li>• Affascinata da sempre da ogni forma di arte ha coniugato le varie forme artistiche integrandole nel proprio percorso personale e professionale.</li> </ul>
COMPENSO RICHIESTO DAI COLLABORATORI ESTERNI <sup>6</sup> :	Euro 20,00 per ora
ATTREZZATURE INTERNE NECESSARIE:	Videoproiettore; impianto stereo amplificato
SPOSTAMENTO DI ATTREZZATURE INTERNE:	Necessario (vedi sopra)
ATTREZZATURE ESTERNE NECESSARIE:	Computer per le musiche e le proiezioni Cuscini e coperte per poter ascoltare la parte teorica in cerchio seduti per terra.
COSTO PRESUNTO PER LE ATTREZZATURE ESTERNE:	=====
ALTRI COSTI PRESUNTI	=====
MATERIALE PUBBLICITARIO:	Fornito dalla Coop. AMBeCO'
COSTO PRESUNTO MATERIALE PUBBLICITARIO:	=====
COSTO PRESUNTO TOTALE DEL PROGETTO:	Euro 120,00

<sup>6</sup> Si precisa che i collaboratori esterni devono versare direttamente i contributi ENPALS, qualora dovuti, e devono fornire al Conservatorio la documentazione relativa all'agibilità